

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil analisis data pada bab 4 mengenai pengaruh Beban Kerja (X_1) dan Stres Kerja (X_2) terhadap kinerja karyawan dengan menggunakan 57 responden, maka kesimpulan yang dapat diambil adalah sebagai berikut:

1. Dari hasil pengujian dengan uji hipotesis secara parsial (uji t) Beban Kerja (X_1) memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan (Y) pada *Tuscany Boutique Hotel* Tangerang Selatan, maka hasil dari penelitian hipotesis ini diterima, dapat diartikan jika semakin tinggi beban kerja yang dialami oleh karyawan, maka kinerja karyawan pada *Tuscany Boutique Hotel* Tangerang Selatan akan mengalami kenaikan, begitu pula sebaliknya.
2. Dari hasil pengujian dengan uji hipotesis secara parsial (uji t) Stres Kerja (X_2) berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Kinerja Karyawan (Y) pada *Tuscany Boutique Hotel* Tangerang Selatan. Hal ini dapat diartikan bahwa variabel Stres Kerja memengaruhi Kinerja Karyawan pada *Tuscany Boutique Hotel* Tangerang Selatan. Maka hasil dari penelitian hipotesis ini diterima, dapat diartikan jika semakin tinggi stres kerja yang dialami oleh karyawan, maka kinerja karyawan pada *Tuscany Boutique Hotel* Tangerang Selatan akan mengalami penurunan, begitu pula sebaliknya.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil analisis pada penelitian ini sehingga peneliti dapat memberikan saran sebagai masukan untuk *Tuscany Boutique Hotel* Tangerang Selatan dalam memperhatikan karyawan dalam hal beban kerja dan stres kerja yang berpengaruh terhadap kinerja karyawan. Berikut saran yang dapat disampaikan oleh peneliti:

5.2.1 Bagi Perusahaan

1. Peneliti menyarankan agar *Tuscany Boutique Hotel* Tangerang Selatan memperhatikan beban kerja yang diberikan kepada karyawan agar kinerja para karyawannya dapat meningkat, Meskipun beban kerja sudah efektif, *Tuscany Boutique Hotel* Tangerang Selatan tetap perlu melakukan evaluasi secara teratur untuk memastikan keberlanjutan efektivitasnya. Dengan melakukan evaluasi rutin, *Tuscany Boutique Hotel* Tangerang Selatan dapat mengidentifikasi potensi perubahan atau peningkatan yang diperlukan untuk menjaga beban kerja tetap efektif.
2. *Tuscany Boutique Hotel* Tangerang Selatan senantiasa melakukan identifikasi faktor-faktor penyebab stres kerja di perusahaan, seperti tuntutan tugas yang berlebihan, kurangnya dukungan sosial, konflik peran, atau kurangnya penghargaan dan pengakuan. Dengan memahami faktor-faktor ini, *Tuscany Boutique Hotel* Tangerang Selatan dapat mengambil langkah-langkah yang tepat untuk mengurangi stres kerja.
3. Berdasarkan hasil penelitian, *Tuscany Boutique Hotel* Tangerang Selatan dapat mengembangkan program dan kebijakan yang bertujuan untuk mengelola beban kerja dan mengurangi stres kerja karyawan. Program ini dapat meliputi pengaturan tugas yang lebih seimbang, pelatihan manajemen waktu, pengembangan keahlian dan kemampuan, serta dukungan psikososial bagi karyawan. Penelitian dapat membantu *Tuscany Boutique Hotel* Tangerang Selatan dalam merancang program yang efektif untuk meningkatkan kinerja karyawan.

5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan dari hasil analisis data mengenai “Pengaruh Beban Kerja dan Stres Kerja terhadap Kinerja Karyawan pada *Tuscany Boutique Hotel* Tangerang Selatan”, maka saran yang dapat diberikan sebagai berikut:

1. Penelitian selanjutnya dapat mencocokkan kembali pada tiap model penelitiannya sesuai dengan fenomena yang sedang terjadi pada *Tuscany Boutique Hotel* Tangerang Selatan.

2. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan pada jenis perusahaan lain atau perusahaan yang lebih besar.
3. penelitian ini dapat bermanfaat bagi penelitian selanjutnya yang berfokus kepada Sumber Daya Manusia. Tidak hanya itu semoga berguna kepada peneliti selanjutnya yang sedang mencari referensi yang menggunakan variabel yang sama dengan penelitian ini.

