

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Efikasi Diri Terhadap Stres Kerja Karyawan Perkebunan Teh Malabar PTPN VIII Nusantara (Devisi Teknik) dapat di Tarik kesimpulan sebagai berikut:

1. a. Kecerdasan Emosional yang didalamnya diukur menggunakan 5 indikator yaitu Kesadaran diri, Pengaturan diri, memotivasi diri, empati dan keterampilan sosial. Indikator Empati memperoleh skor tertinggi dengan kategori Baik. Sedangkan indikator Kesadaran diri mendapatkan skor terendah dengan kategori cukup baik yang disebabkan masih banyak karyawan yang tidak mampu mengenali kemampuan diri sendiri dalam bekerja.
- b. Efikasi diri dengan 3 indikator yang digunakan dalam pengukuran yaitu Tingkat kesulitan, Tingkat kemampuan dan penguasaan dan tingkat kekuatan dan kelemahan, terdapat indikator tertinggi yaitu indikator Tingkat kemampuan dan penguasaan dengan kategori Baik dan indikator terkecil dengan skor terendah yaitu indikator Tingkat kesulitan dengan kategori cukup baik, yang disebabkan banyaknya karyawan yang merasa kesulitan dalam melakukan pekerjaan dan masih kurangnya skil karyawan dalam bekerja.
- c. Stres Kerja yang diukur dengan 3 indikator yaitu Gejala psikologis, Gelala Prilaku dan Gelala fisiologis, indikator Gejala psikologis memiliki skor tertinggi dengan kategori baik dan yang memiliki skor terendah yaitu indikator Gelala fisiologis yang disebabkan banyaknya karyawan yang masih menerima

pekerjaan tidak seimbang dengan rekan kerja serta banyaknya ketidakmauan karyawan dalam melakukan kerja lebih ekstra seperti lembur untuk mencapai target pekerjaan.

2. Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh antara Kecerdasan emosional Terhadap Stres kerja Pada Karyawan Perkebunan Teh Malabar PTPN VIII Nusantara (Devisi Teknik), hal ini ditunjukkan dengan T hitung lebih besar dari T tabel dan dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang negatif antara Kecerdasan emosional Terhadap Stres kerja Pada Karyawan Perkebunan Teh Malabar PTPN VIII Nusantara (Devisi Teknik). Artinya semakin tinggi Kecerdasan emosional maka Stres kerja akan menurun.
3. Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh antara Efikasi diri Terhadap Stres kerja Pada Karyawan Perkebunan Teh Malabar PTPN VIII Nusantara (Devisi Teknik), hal ini ditunjukkan dengan T hitung lebih besar dari T tabel dan dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang negatif antara Efikasi diri Terhadap Stres kerja Pada Karyawan Perkebunan Teh Malabar PTPN VIII Nusantara (Devisi Teknik). Artinya semakin tinggi Efikasi diri maka Stres kerja akan menurun.
4. Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh secara simultan antara Kecerdasan emosional dan Efikasi diri Terhadap Stres kerja Pada Karyawan Perkebunan Teh Malabar PTPN VIII Nusantara (Devisi Teknik), hal ini ditunjukkan dengan F hitung lebih besar dari F tabel maka dapat disimpulkan bahwa Kecerdasan emosional dan Efikasi diri memiliki pengaruh terhadap Stres kerja Pada Perkebunan Teh Malabar PTPN VIII Nusantara (Devisi Teknik). Besarnya

kontribusi Kecerdasan emosional (X1), dan Efikasi Diri (X2) terhadap Stres kerja (Y). sebesar 29,9%. Sedangkan sisanya, yaitu $100\% - 29,9\% = 70,1\%$ dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian mengenai Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Efikasi Diri Terhadap Stres Kerja Karyawan Perkebunan Teh Malabar PTPN VIII Nusantara (Devisi Teknik), penelitian mengemukakan beberapa saran yang dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak perusahaan dalam hal mengendalikan stress kerja:

1. Berdasarkan tanggapan responden mengenai Kecerdasan Emosional, bagi penulis sebaiknya perusahaan lebih mengetahui pentingnya Kecerdasan Emosional yang harus dimiliki karyawan dalam menjalankan serta melakukan pekerjaan agar tercapainya pekerjaan yang lebih optimal dan tercapainya visi misi perusahaan.
2. Berdasarkan tanggapan responden mengenai Efikasi Diri sebaiknya perusahaan memberikan kepercayaan yang baik pada karyawan dalam menyelesaikan pekerjaan atas kemampuan yang dimiliki atau efikasi dirinya agar terbentuknya karyawan yang memiliki kepercayaan dan menjalankan usaha yang lebih baik ke depannya.
3. Berdasarkan tanggapan responden mengenai Stres kerja, seharusnya perusahaan menerapkan seberapa pentingnya Kecerdasan Emosional pada karyawan dan mempercayakan efikasi diri yang dimiliki karyawan.

4. Bagi para pembaca yang akan melakukan penelitian dalam bidang yang sama, Mengenai Pengaruh kecerdasan emosional dan efikasi diri terhadap stress kerja karyawan perkebunan teh Malabar PTPN VIII Nusantara. jika akan menggunakan skripsi ini sebagai referensi, maka sekiranya perlu dikaji terlebih dahulu. Karena tidak tertutup kemungkinan masih ada pernyataan–pernyataan yang belum atau yang kurang sesuai, saya sebagai penulis merasa masih banyak kekurangan dan keterbatasan dalam menyelesaikan skripsi ini .