

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini memberikan bukti empiris mengenai pengaruh program Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) dan beban kerja terhadap kinerja karyawan yang dimediasi oleh stress kerja pada PT. Sinarjaya Inti Mulya Unit Kerja Srengsem. Penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 70 responden yang merupakan pegawai PT. Sinarjaya Inti Mulya Unit Kerja Srengsem. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan beberapa hal, yaitu:

1. Program K3 memiliki pengaruh yang signifikan dengan nilai P Values $0.000 < 0.050$ dan positif secara statistik dilihat dari besarnya koefisien jalur sebesar 0,416 terhadap kinerja karyawan.
2. Beban kerja memiliki pengaruh yang signifikan dengan nilai P Values $0.000 < 0.050$ dan negatif secara statistik dilihat dari besarnya koefisien jalur sebesar -0,338 terhadap kinerja karyawan.
3. Stress kerja memiliki pengaruh signifikan dengan nilai P Values $0.000 < 0.050$ dan negatif secara statistik dilihat dari besarnya koefisien jalur sebesar -0,264 terhadap kinerja karyawan.
4. Program K3 tidak memiliki pengaruh signifikan dengan nilai P Values $0.132 > 0.050$ dan negatif secara statistik dilihat dari besarnya koefisien jalur sebesar -0,168 terhadap stress kerja.
5. Beban kerja memiliki pengaruh yang signifikan dengan nilai P Values $0.005 < 0.050$ dan positif secara statistik dilihat dari besarnya koefisien jalur sebesar 0,352 terhadap stress kerja karyawan.
6. Program K3 terhadap kinerja karyawan melalui stress kerja sebagai variable *intervening* dengan menunjukkan nilai koefisien 0.044 dan P Values $0.178 > 0.050$ yang berarti secara tidak langsung Stress Kerja tidak memediasi program K3 terhadap kinerja karyawan.
7. Beban kerja terhadap kinerja karyawan melalui stress kerja sebagai variable *intervening* dengan menunjukkan nilai koefisien -0.093 dan P

Values $0.040 < 0.050$ yang berarti secara langsung stress kerja memediasi beban kerja terhadap kinerja pegawai

5.2 Implikasi

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh Program K3 dan Beban Kerja pada Kinerja Karyawan yang dimediasi oleh Stress Kerja pada PT. Sinarjaya Inti Mulya Unit Kerja Srengsem. Hal ini dapat menjadi acuan baik bagi manajemen ataupun pemilik perusahaan untuk menggunakan data yang diperoleh agar kualitas kinerja karyawan meningkat dari mulai memperhatikan keamanan, kenyamanan, kebersihan dan mengetahui tingkat beban karyawan yang dapat memicu stress pada karyawan.

Dengan terciptanya kenyamanan bagi para pekerja maka kualitas kinerja juga dapat meningkat. Salah satu unsur pendukungnya adalah mengikuti program K3, sosialisasi dan survei tentang standar K3 dan hal-hal yang berkaitan dengan pencegahan dan protokol kesehatan sehingga dapat mengurangi rasa khawatir pada karyawan.

Selain itu manajemen juga perlu melakukan evaluasi secara terus menerus terhadap beban kerja karyawan yang kemungkinan dapat memicu stress kerja seperti pembebanan pekerjaan diluar dari pekerjaan semestinya yang dapat mengakibatkan kecemburuan sosial antar karyawan dalam tuntutan pekerjaan satu dengan yang lainnya dan dapat memicu emosional psikis masing-masing karyawan.

Perlunya penguatan manajerial perusahaan dalam meningkatkan dan mengutamakan K3 sebagai keamanan dan kenyamanan bagi karyawan dalam bekerja sehingga dapat meningkatkan kinerja karyawan. Sedangkan untuk mengurangi angka kecelakaan kerja dan penyakit akibat pekerjaan, perusahaan harus mengikuti dan menjalankan seluruh aturan K3 maupun undang-undang yang berkaitan dengan K3 dari Kementerian Ketenagakerjaan yang berlaku.

5.3 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa saran yang dapat dipertimbangkan untuk penelitian selanjutnya, yaitu:

1. Bagi karyawan diharapkan patuh dalam melaksanakan K3 yang telah diprogramkan oleh Perusahaan melalui *divisi Health, Security, and Environment* (HSE). Salah satunya seperti menggunakan alat pelindung diri (APD) dan mematuhi standar operasional prosedur (SOP) dalam bekerja agar terhindar dari resiko kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja.
2. Bagi karyawan diharapkan dapat melaksanakan dengan baik setiap tugas dan pekerjaannya bahwa hal tersebut merupakan kewajiban yang harus diselesaikan, sehingga tidak akan timbul potensi-potensi yang menyebabkan stress kerja dan mengganggu kinerjanya.
3. Bagi karyawan diharapkan dapat mengontrol emosinya dengan baik, menciptakan suasana bekerja yang nyaman dan jika mempunyai keluhan terkait pekerjaan dapat disampaikan kepada atasan/supervisor sehingga tidak menimbulkan stress pada saat bekerja.
4. Bagi perusahaan diharapkan dapat melakukan evaluasi terhadap kompetensi dan pendidikan karyawan sehingga pada saat karyawan ditempatkan dibagian kerjanya tidak merasa bahwa tugas dan pekerjaannya menjadi beban yang berat.
5. Bagi perusahaan diharapkan dapat melakukan evaluasi terkait stress kerja dan untuk memberikan pemahaman kepada karyawan mengenai pengendalian stress dapat dilakukan dengan melakukan sosialisasi atau pelatihan tentang manajemen stress.
6. Bagi perusahaan diharapkan melakukan evaluasi terhadap kinerja karyawan secara berkala agar dapat diketahui kompetensi dan keahlian karyawan.
7. Perusahaan perlu memperhatikan dan mengelola beban kerja karyawan dengan lebih baik untuk mengurangi stress kerja. Ini dapat

mencakup pengaturan beban kerja, pelatihan manajemen waktu, dan pengembangan kebijakan yang mendukung keseimbangan pekerjaan-kehidupan.

8. Perusahaan harus fokus pada upaya mengurangi stress kerja secara langsung dengan memberikan dukungan psikologis dan sumber daya yang diperlukan kepada karyawan untuk mengatasi stress kerja.
9. Penting untuk terus memonitor dan mengevaluasi program-program K3 serta kebijakan pengelolaan beban kerja untuk memastikan dampaknya pada kinerja dan kesejahteraan karyawan perusahaan.
10. Perusahaan dapat menjalankan program pelatihan dan pembinaan untuk membantu karyawan mengatasi stress kerja dan meningkatkan kinerja.
11. Bagi peneliti selanjutnya dapat memperhatikan faktor-faktor lain yang menjadi menurunnya kinerja karyawan dikarenakan stress kerja selain beban kerja dan program K3. Diharapkan juga penelitian ini dapat menjadi salah satu sumber data tambahan untuk penelitian dengan variabel program K3, beban kerja dan stress kerja.