

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari pengolahan dan analisa data mengenai hubungan antara beban kerja dan stres kerja pada pegawai bank dapat diambil beberapa kesimpulan, antara lain :

1. Berdasarkan hasil perhitungan beban kerja menggunakan metode NASA-TLX didapatkan bahwa beban kerja yang dialami *customer service* lebih tinggi dibandingkan *teller* bank.
2. Terdapat hubungan yang kuat antara variabel beban kerja dan stres kerja yang dialami oleh pegawai bank baik itu *teller* maupun *customer service*, korelasi tersebut juga bernilai positif.
3. Hasil dari uji regresi untuk faktor yang telah terbentuk menunjukkan bahwa faktor 1 (kebutuhan mental dan kebutuhan waktu) dan 2 (perfomansi kerja dan tingkat usaha) memiliki pengaruh besar terhadap beban kerja pegawai bank.

6.2 Saran

Saran yang dapat diberikan untuk penelitian selanjutnya, antara lain :

1. Memperluas metode pengukuran data dengan disiplin ilmu psikologis lain yang belum digunakan pada penelitian ini untuk mengukur tingkat stres dan beban kerja.
2. Dapat menambah variabel bebas lain seperti tingkat kinerja, untuk hasil yang lebih baik dalam menganalisa produktivitas subjek penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, W. (2013). Analisis Beban Kerja Sumber Daya Manusia Dalam Aktivitas Produksi Komoditi Sayuran Selada (Studi Kasus : CV Spirit Wira Utama). Skripsi. Fakultas Ekonomi dan Manajemen, Institut Pertanian Bogor, Bogor.
- Aditya, E., & Widjaja, D. C. (2016). Analisis Beban Kerja (Workload) Dan Kinerja Karyawan Housekeeping Di Hotel X, Surabaya. *Jurnal Hospitality dan Manajemen Jasa*, 4(2), 247-264.
- Cain, B. (2007). A Review of the Mental Workload Literature. *Defence Research and Development Canada Toronto Human System Integration Section*. Canada.
- Fraser, T.M. (1992). Stres dan Kepuasan Kerja. Saptodadi. Jakarta
- Hasibuan, Malayu S.P. (2003). Manajemen Sumber Daya Manusia. *Jakarta, PT. Bumi Aksara*.
- Noviansyah & Zunaidah, (2011). Pengaruh Stres Kerja dan Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT. Perkebunan Minanga. Skripsi Program Studi Manajemen. Fakultas Ekonomi. Universitas Sriwijaya
- Pracinasari, I. (2013). Beban Kerja Fisik VS Beban Kerja Mental. *Surakarta: Universitas Sebelas Maret*.
- Prihatini, L.D. (2007). Analisis Hubungan Beban Kerja dengan Stress Kerja Perawat di tiap Ruang Rawat Inap RSUD Sidikalang. Tesis. Medan: Sekolah Pasca Sarjana Universitas Sumatra Utara, 1-110.
- Putri (2017). Implementasi Metode NASA-TLX Untuk Mengetahui Beban Mental Perawat di Rumah Sakit X. Skripsi. Progam Studi Teknik Industri. Fakultas Teknik. Universitas Widya Mandala. Surabaya. Diakses dari <http://repository.wima.ac.id/>
- Quick, J. C., & Quick, J. D. (1984). Organizational stress and preventive

management. *New York: McGraw-Hill.*

Robbins, Stephen P. (2003). *Perilaku Organisasi : Jilid 2. Jakarta. PT Indeks Kelompok Gramedia.*

Robbins, S.P dan Judge, T.A. (2008). *Perilaku Organisasi. Edisi 12, Jakarta. Salemba Empat.*

Sujarwanto (2016). *Pengaruh Motivasi Kerja dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Bank BTN Yogyakarta. Skripsi. Jurusan Manajemen. Fakultas Ekonomi. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.*

Widyanti, Ari dan Jhondon, Addie. (2015). *Pengukuran Beban Kerja Mental dalam Searching Task dengan Metode Rating Scale Mental Effort (RSME). Institut Teknologi Bandung.*