

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada karyawan marketing NSS Group cabang Pagar Alam, jika dilihat berdasarkan hasil kategorisasi pada variabel stres kerja di atas, subjek pada penelitian ini berada pada stres kerja dengan kategori tinggi, sedang, dan rendah. Subjek pada penelitian ini paling banyak berada pada tingkat stres kerja yang tinggi. Selain itu, hasil kategorisasi pada variabel *adversity quotient* diatas, subjek pada penelitian ini berada pada *adversity quotient* dengan kategori tinggi, sedang dan rendah. Paling banyak pada kategori rendah dan paling sedikit pada kategori tinggi. Kemudian, hipotesis (Ha) yang berbunyi ada hubungan antara *adversity quotient* dengan stres kerja pada karyawan marketing marketing NSS Group cabang Pagaram diterima. Korelasi antara variabel ini memiliki arah yang negatif yang berarti bila salah satu variabel mengalami peningkatan maka akan menurun variabel yang lain. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *adversity quotient* pegawai maka akan semakin rendah stres kerja pegawai tersebut. Begitu juga sebaliknya, semakin tinggi stres kerja karyawan maka akan semakin rendah *adversity quotient* karyawan tersebut.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil pembahasan, maka saran yang diberikan yang dapat diberikan yaitu :

1. Bagi Subjek Penelitian

Untuk karyawan marketing seharusnya dapat meningkatkan *Adversity Quotient* yang ada didalam dirinya dengan baik agar terhindar dan dapat mengatasi Stress kerja yang tinggi sehingga kehidupan yang dijalani akan menjadi lebih baik. Dan perusahaan yang menaungi karyawan marketing harus

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Adversity Quotient memberikan sumbangan sebesar 25,8% terhadap Stress kerja. Penelitian ini masih terbatas karena hanya meneliti hubungan antara *adversity quotient* dengan stress kerja. Dengan demikian masih ada variabel lain yang turut memberikan pengaruh pada stress kerja seperti motivasi kerja, kepuasan dalam bekerja serta prestasi kerja seorang karyawan yang belum dijelaskan dan diteliti, untuk itu diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan faktor yang lainnya dan menjadikan penelitian ini sebagai referensinya.