

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan antara *problem focused coping* dengan stres kerja pada karyawan generasi milenial yang mana menghasilkan korelasi (r_{xy}) sebesar -0,116 ($p = 0,179$).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan, maka saran yang dapat diberikan yakni bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk menggali lebih dalam data-data yang dikumpulkan, contohnya seperti data pada saat wawancara agar data yang dihasil lebih valid dan menghasilkan kelinieritasan. Kemudian lebih mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi stres kerja seperti faktor dalam diri individu, karakteristik kepribadian, faktor sosial kognitif, dan hubungan dengan lingkungan sosial serta mempertimbangkan pula penggunaan strategi koping yang lainnya. Selain itu dianjurkan pula untuk dapat melakukan penelitian pada populasi lebih luas dan beragam.