

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji regresi yang dilakukan maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Dari hasil uji regresi yang dilakukan pada H1 dapat disimpulkan bahwa *Toxic Relationship* berpengaruh positif dan signifikan terhadap Kinerja Karyawan di PT. Pertamina, PT. Matahari, Direktorat Jenderal Pembehendaraan, dan CV. Sinar Daya Alam Kota Bengkulu.
2. Hasil uji regresi juga menunjukan H2 *Mental Health* berpengaruh positif dan signifikan terhadap Kinerja Karyawan di PT. Pertamina, PT. Matahari, Direktorat Jenderal Pembehendaraan, dan CV. Sinar Daya Alam Kota Bengkulu.
3. Secara bersama – sama *Toxic Relationship* dan *Mental Health* memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap Kinerja Karyawan di PT. Pertamina, PT. Matahari, Direktorat Jenderal Pembehendaraan, dan CV. Sinar Daya Alam Kota Bengkulu.

1.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diberikan saran sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil kuesioner pada variabel Toxic Relationship (X1) di CV. SDA dengan nilai rata-rata terendah adalah "saya merasa kesulitan fokus kerja Ketika tidak adanya dukungan dari orang sekitar" (4,28). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun Karyawan terganggu adanya Toxic Relationship, tapi karyawan di CV. SDA tidak menjadikan dukungan orang sekitar menjadi patokan dalam dukungan bekerja.
2. Berdasarkan hasil kuesioner pada variabel Toxic Relationship (X1) di PT. Pertamina dengan nilai rata-rata terendah adalah "Saya merasa kesulitan bekerja ketika saya mendapatkan kekerasan fisik dilingkungan kerja" (4,21). Hal ini menunjukkan bahwa karyawan di PT. Pertamina tidak terlalu terganggu apabila terjadi kekerasan fisik di lingkungan kerjanya, mereka lebih merasa terganggu apabila, tidak adanya dukungan orang sekitar.
3. Berdasarkan hasil kuesioner pada variabel Toxic Relationship (X1) di Direktorat Jenderal Pembehendaraan Keuangan dengan nilai rata-rata terendah adalah "Saya merasa kesulitan bekerja ketika saya mendapatkan kekerasan fisik dilingkungan kerja" (3,9). Sama halnya pada Perusahaan PT. Pertamina, bahwa karyawan di Direktorat Jenderal Pembehendaraan Keuangan tidak merasa terlalu terganggu

apabila terjadi kekerasan fisik di lingkungan kerjanya, mereka lebih merasa terganggu apabila, tidak adanya dukungan orang sekitar.

4. Berdasarkan hasil kuesioner pada variabel Toxic Relationship (X1) di PT. Matahari dengan nilai rata-rata terendah adalah "Saya merasa kesulitan bekerja ketika saya mendapatkan kekerasan fisik di lingkungan kerja" (3,8). Pada Perusahaan PT. Matahari ini juga menunjukkan bahwasannya karyawan lebih merasa terganggu apabila mereka selalu merasa direndahkan dan merasa tidak adanya dukungan kerja dari orang sekitar. Sama halnya pada Perusahaan PT. Pertamina, maupun Perusahaan Direktorat Jenderal Pembehendaraan Keuangan.
5. Berdasarkan hasil kuesioner pada variabel Mental Health (X2) di CV. SDA nilai rata-rata terendah terdapat pada pernyataan "Saya mampu bekerja secara maksimal Ketika hati dan pikiran saya Tenang " (3,9). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian responden belum tidak begitu memperdulikan Kesehatan Mentalnya. Mereka Fokus pada apa yang dibebankan kepada mereka untuk diselesaikannya dengan tepat waktu.
6. Berdasarkan hasil kuesioner pada variabel Mental Health (X2) di PT. Pertamina nilai rata-rata terendah terdapat pada pernyataan "Saya mampu bekerja secara maksimal Ketika orang – orang disekitar saya mensupport saya " (4,2). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian karyawan tidak memperdulikan dukungan dari orang terdekat maupun orang lain, mereka menganggap bahwa di support atau tidaknya mereka harus tetap untuk mengerjakan tugas yang dibebankan kepada

mereka dengan hasil yang maksimal, karena bagi Sebagian mereka menganggap bahwa apa yang telah di tugaskan menjadi tanggungjawab mereka.

7. Berdasarkan hasil kuesioner pada variabel Mental Health (X2) di Direktorat Jenderal Pembehendaraan Keuangan nilai rata-rata terendah terdapat pada pernyataan " Saya mampu bekerja secara maksimal Ketika hati dan pikiran saya Tenang " (4,3). Sama halnya dengan Perusahaan CV. SDA bahwa mereka hanya fokus pada bagaimana caranya pekerjaan yang dibebankan terselesaikan dengan cepat tanpa memikirkan ketenangan emosionalnya
8. Berdasarkan hasil kuesioner pada variabel Mental Health (X2) di PT. Matahari nilai rata-rata terendah terdapat pada pernyataan "Saya mampu bekerja secara maksimal Ketika orang – orang disekitar saya mensupport saya " (4,1). Sama halnya pada Perusahaan PT. Pertamina, karyawan tidak terlalu memperdulikan dukungan dari orang terdekat maupun orang lain, mereka menganggap bahwa di support atau tidaknya mereka harus tetap untuk mengerjakan tugas yang dibebankan kepada mereka dengan hasil yang maksimal, karena bagi Sebagian mereka menganggap bahwa apa yang telah di tugaskan menjadi tanggungjawab mereka.
9. Berdasarkan hasil kuesioner pada variabel Kinerja Karyawan (Y) di CV. SDA nilai rata-rata terendah terdapat pada dua pernyataan, yaitu "Saya Selalu memenuhi target dalam setiap tugas pekerjaan yang

diberikan" (4,28) dan "Saya selalu menetapkan target tugas pekerjaan yang diberikan dengan penuh perhitungan" (4,28). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun Kesehatan Mental terpelihara, namun tetap ada pengaruh dari Toxic Relationship yang mempengaruhi kinerja karyawan. Untuk meningkatkan kualitas dan kuantitas kinerja karyawan perlu adanya kesehatan mental yang selalu dijaga dengan menjadikan lingkungan pekerjaan menjadi lebih baik.

10. Berdasarkan hasil kuesioner pada variabel Kinerja Karyawan (Y) di PT. Pertamina dengan nilai rata-rata terendah terdapat pada dua pernyataan, yaitu "Saya Selalu mengerjakan tugas dengan tepat waktu" (4,3). Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh dari Toxic Relationship terkait terkumpulnya tugas dengan tepat waktu, ini bisa terjadi karena terganggunya komunikasi akibat Toxic Relationship. Untuk itu perlu meningkatkan lingkungan yang baik untuk menjaga kesehatan mental karyawan, agar tugas yang dibebankan dapat terkumpul dengan tepat waktu.
11. Berdasarkan hasil kuesioner pada variabel Kinerja Karyawan (Y) di Direktorat Jenderal Pembehendaraan Keuangan. dengan nilai rata-rata terendah terdapat pada dua pernyataan, yaitu ""Saya Selalu memenuhi target dalam setiap tugas pekerjaan yang diberikan" (4,23) dan "Saya Selalu berusaha mengerjakan tugas dengan baik dan benar" (4,23). Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh dari Toxic Relationship berpengaruh pada kualitas pekerjaan dan tanggung jawab yang

dibebankan kepada karyawan, maka dari itu perlu bagi Perusahaan menjadikan lingkungan kerja menjadi lebih baik dan menghindarkan karyawan dari tekanan fisik maupun psikis.

12. Berdasarkan hasil kuesioner pada variabel Kinerja Karyawan (Y) di PT. Matahari dengan nilai rata-rata terendah terdapat pada dua pernyataan, yaitu "Saya Selalu berusaha mengerjakan tugas dengan baik dan benar" (4,2). Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh dari Toxic Relationship terkait tanggung jawab yang diberikan kepada karyawan. Untuk itu perlu meningkatkan lingkungan yang baik, agar karyawan dapat menyelesaikan tanggung jawabnya dengan baik.
13. Bagi peneliti lain yang tertarik untuk melakukan penelitian yang serupa, disarankan untuk menganalisis variabel-variabel lainnya yang diprediksi dapat mempengaruhi Kinerja Karyawan seperti Lingkungan Kerja yang sehat, keseimbangan kerja, dan Lingkungan yang mendukung.
14. Peneliti sadar masih memiliki banyak kekurangan dan keterbatasan dalam melakukan penelitian ini. Maka diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat lebih menyempurnakan hasil penelitian dengan cara menambah jumlah sampel dan mengganti objek penelitian yang sekiranya dapat mempengaruhi hasil agar hasil penelitian dapat lebih bervariasi.