

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh komunikasi dan stres kerja terhadap kepuasan kerja karyawan di PT Indofarma (Pesero) TBK, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Komunikasi berpengaruh positif dan signifikan terhadap kepuasan kerja. Hal ini ditunjukkan oleh hasil nilai  $t$  hitung sebesar  $2.111 > t$  tabel  $1.660$  dengan nilai signifikan  $0.037 < 0.05$ . artinya semakin baik komunikasi yang terjalin di dalam organisasi, maka semakin tinggi kepuasan kerja karyawan. komunikasi yang efektif mampu memperjelas informasi, mengurangi kesalahpahaman, serta menciptakan hubungan kerja yang harmonis sehingga karyawan merasa lebih puas dalam bekerja.
2. Stres kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap kepuasan kerja. Hal ini ditunjukkan oleh nilai  $t$  hitung sebesar  $9.283 > t$  tabel  $1.660$  dengan nilai signifikan  $0.000 < 0.05$ . artinya stres kerja yang dikelola dengan baik dapat meningkatkan kepuasan kerja karyawan. tingkat stres yang berada pada batas wajar dapat menjadi pemicu motivasi dan tantangan bagi karyawan untuk meningkatkan kinerja, sehingga pada akhirnya berdampak positif terhadap kepuasan kerja.
3. Secara simultan variabel komunikasi, stres kerja berpengaruh signifikan terhadap kepuasan kerja. Hal ini dibuktikan melalui uji  $F$  hitung  $> F$  tabel ( $67.438 > 3.09$ ) dengan nilai signifikan  $0.000$ . artinya komunikasi dan stres kerja secara bersama-sama memiliki peran penting dalam meningkatkan kepuasan kerja karyawan. kombinasi komunikasi yang efektif dan pengelolaan stres kerja yang baik mampu menciptakan lingkungan yang kondusif dan mendukung tercapainya kepuasan kerja.

## **5.2 Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka penulis mengumumkan beberapa saran berikut ini:

### **1. Saran untuk Pemimpin PT Indofarma (Pesero) TBK**

Pimpinan perusahaan disarankan untuk terus meningkatkan kualitas komunikasi di lingkungan kerja, baik komunikasi vertikal maupun horizontal. Penyampaian informasi yang jelas, terbuka, dan dua arah dapat membantu mengurangi kesalahpahaman serta meningkatkan kenyamanan karyawan dalam bekerja. Selain itu, pimpinan diharapkan mampu mengelola tingkat stres kerja karyawan melalui pembagian beban kerja yang proporsional, pemberian dukungan, serta penciptaan lingkungan kerja yang kondusif sehingga kepuasan kerja karyawan dapat terus meningkat.

### **2. Saran untuk karyawan PT Indofarma (Pesero) TBK**

Karyawan diharapkan dapat menjaga komunikasi yang baik dengan atasan maupun rekan kerja guna menciptakan hubungan kerja yang harmonis. Selain itu, karyawan juga perlu mengelola stres kerja secara positif, misalnya dengan mengatur waktu kerja secara efektif, menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, serta memanfaatkan fasilitas atau dukungan yang disediakan perusahaan agar kepuasan kerja dapat tetap terjaga.

### **3. Saran Untuk Penelitian Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menambah variabel lain yang dapat memengaruhi kepuasan kerja, seperti motivasi kerja, lingkungan kerja, kepemimpinan, atau kompensasi. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan metode penelitian yang berbeda, memperluas objek penelitian, atau menambah jumlah responden agar hasil penelitian yang diperoleh lebih komprehensif dan dapat digeneralisasikan dengan lebih baik.