

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara stres kerja dan *Psychological Well Being* pada karyawan PT. Rohul Sawit Industri di Ujung Batu Rokan Hulu, dengan demikian hipotesis penelitian ini diterima. Sumbangan efektif keseluruhan stres kerja terhadap *Psychological Well Being* pada karyawan PT. Rohul Sawit Industri di Ujung Batu Rokan Hulu sebesar 25%.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terdapat beberapa saran yang dikemukakan oleh peneliti, yaitu:

1. Bagi karyawan, diharapkan dapat mencapai *Psychological Well Being* yang tinggi terutama dengan meningkatkan kemampuan karyawan dalam mencapai tujuan hidup, penerimaan diri, kemandirian, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi dan berhubungan positif dengan oranglain.
2. Bagi Perusahaan, karyawan memiliki *Psychological Well Being* yang rendah, diharapkan perusahaan dapat membantu karyawan dalam meningkatkan dimensi-dimensi *Psychological Well being* karyawan yaitu dengan menumbuhkan rasa percaya diri pada diri karyawan, membantu karyawan dalam membangun hubungan yang positif dengan orang lain, membantu karyawan agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dan

lingkungan kerja fisik, membantu karyawan dalam meningkatkan rasa tanggung jawab, membantu karyawan dalam mengarahkan serta mencapai tujuan hidup dan mendukung karyawan untuk dapat terus berkembang dalam perusahaan.

3. Bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk meneliti masalah stres kerja dan *Psychological Well Being* agar lebih memperhatikan dan meneliti variabel lain yang berpengaruh terhadap *Psychological Well Being* seperti Faktor lain tersebut seperti kepuasan kerja, pengalaman kerja yang positif dan konflik individu.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.