**BAB V**

**KESIMPULAN DAN SARAN**

1. **Kesimpulan**

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara beban kerja dengan stres kerjai pada karyawan asuransi askum bumiputera makassar. Hal ini berarti, semakin tinggi beban kerja maka semakin tinggi stres kerja pada karyawan asuransi Askum Bumiputera Makassar

1. **Saran**

Berdasarkan pembahasan hasil dan kesimpulan penelitian, maka diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi karyawan, agar dalam menyelesaikan pekerjaan sebaiknya memiliki langkah-langkah yang dapat mempermudah pekerjaan. Selain itu, diharapkan agar karyawan tidak menjadikan tugas dan pekerjaan sebagai beban berat, sehingga dapat meminimalisir tingkat stres karyawan tersebut dalam bekerja.
2. Bagi perusahaan, agar pemberian tugas dan pekerjaan kepada karyawan sesuai dengan *job description*, sehingga karyawan merasa mudah dalam mengerjakan pekerjaan. *Deadline* dalam menyelesaikan pekerjaan yang diberikan kepada karyawan sesuai dengan kemampuan dan tingkat kesulitan pekerjaan tersebut, serta memperhatikan jumlah karyawan yang disesuaikan dengan banyaknya pekerjaan dalam perusahaan.
3. Bagi peneliti selanjutnya, dalam penelitiannya agar dapat menambahkan satu variabel yang mampu memberikan solusi kepada karyawan untuk mengurangi tingkat stres yang dialami dan peneliti selanjutnya diharapkan lebih memfokuskan penelitian pada perusahaan yang mengalami tingkat stres yang tinggi di akbiatkan beban pekerjaannya.