

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan penjelasan dari bab sebelumnya, serta pembahasan yang disertai dengan teori dan konsep yang mendukung mengenai penelitian ini yang berjudul Pengaruh Beban Kerja, Kelelahan Bekerja, dan Stres Kerja terhadap Perilaku Cyberloafing di PT Rapid Infrastruktur Indonesia. Maka dapat menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Beban Kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Pengaruh Cyberloafing di PT Rapid Infstruktur Indonesia, yang artinya ketika Beban Kerja menurun maka Perilaku Cyberloafing akan meningkat terhadap Karyawan PT Rapid Infrastruktur Indonesia.
2. Kelelahan Bekerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap Perilaku Cyberloafing di PT Rapid Infstruktur Indonesia. Hal tersebut memiliki arti yaitu ketika Kelelahan Bekerja meningkat maka Perilaku Cyberloafing akan semakin meningkat terhadap karyawan PT Rapid Infrastruktur Indonesia.
3. Stres Kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap Perilaku Cyberloafing di PT Rapid Infratsruktur Indonesia. Yang artinya ketika Stres Kerja meningkat maka Perilaku Cyberloafing akan semakin meningkat terhadap karyawan PT Rapid Infstruktur Indonesia.

#### B. Saran

Berdasarkan analisis yang dilakukan dalam penelitian serta hasil kesimpulan yang telah dikemukakan sebelumnya, maka peneliti mencoba menyampaikan beberapa saran yang sekiranya dapat bermanfaat dan dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi PT Rapid Infrastruktur Indoneia dan peneliti selanjutnya, diantaranya sebagai berikut :

1. Beban Kerja berpengaruh negatif terhadap Perilaku Cyberloafing di PT Rapid Infrastruktur Indonesia, hal ini menunjukkan jika karyawan memiliki beban kerja yang tinggi maka tidak ada waktu untuk bermain handphone atau mengakses

internet. Karyawan PT Rapid Infrastruktur harus menyelesaikan tugas – tugasnya dalam jangka waktu yang sudah ditentukan.

2. Kelelahan Bekerja yang terjadi pada karyawan PT Rapid Infrastruktur Indonesia menyebabkan Perilaku Cyberloafing di PT Rapid Infrastruktur Indonesia, namun karyawan PT Rapid Infrastruktur harus meningkatkan ketelitian pada saat mengerjakan pekerjaan agar tidak selalu merevisi hasil kerjanya.

3. Stres Kerja yang terjadi pada karyawan PT Rapid Infrastruktur Indonesia menyebabkan Perilaku Cyberloafing di PT Rapid Infrastruktur Indonesia, namun untuk agar tidak terjadinya stres tersebut perlu diadakannya *tool box meeting* sebagai *refreshing* dan *sharing session* pada karyawan PT Rapid Infrastruktur Indonesia.

