

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan uraian dan hasil analisis yang dilakukan pada penelitian ini, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data menggunakan analisis faktor dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat 5 faktor yang mempengaruhi stres kerja guru di SMAN 22 Jakarta yaitu faktor pekerjaan, stres karena peran, faktor interpersonal, Perkembangan Karir dan stuktur organisasi. Dari 5 faktor tersebut terbentuk menjadi 2 faktor yaitu kondisi pekerjaan dan stres karena peran.
2. Hasil penelitian selanjutnya mengenai pengaruh kondisi pekerjaan dan stres karena peran terhadap stres kerja mempunyai pengaruh sebesar 55,9% dan 52,5% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Disamping itu stres karena peran dan peran pekerjaan bernilai positif atau searah yang artinya semakin banyak stres karena peran dan kondisi pekerjaan maka akan semakin tinggi tingkat stres kerja tersebut.

5.2 Saran

Dari hasil kesimpulan untuk stres kerja guru di SMAN 22 Jakarta adalah sekolah harus melakukan peninjauan kembali terhadap faktor yang mendominasi timbulnya stres kerja yaitu faktor stres karena peran dan kondisi pekerjaan. Misalnya dengan mengurangi adanya kegiatan kerja diluar jam kerja, mengurangi beban jam kerja sehingga stres guru di SMAN 22 Jakarta dapat diminimalisasi.

