

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 6 faktor yang mempengaruhi stress kerja guru di SMPN 193 Jakarta yaitu faktor Stres Karena Peran, Kondisi Pekerjaan, Beban Kerja, Perkembangan Karir, Tampilan Rumah-Pekerjaan, Kemampuan Guru. Dari 6 faktor tersebut terbentuk menjadi 2 faktor yaitu faktor stres karena peran dan faktor kondisi pekerjaan.
2. Hasil penelitian selanjutnya mengenai pengaruh faktor stress karena peran dan kondisi pekerjaan terhadap stress kerja mempunyai pengaruh sebesar 59% dan sisanya 41% yang dipengaruhi oleh faktor lain. Disamping itu stres karena peran dan kondisi 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 stress kerja guru di SMPN 193 Jakarta adalah sekolah harus melakukan peninjauan kembali terhadap faktor yang mendominasi timbulnya stress kerja yaitu faktor stres karena peran dan

faktor kondisi pekerjaan. Misalnya dengan mengurangi adanya kegiatan kerja diluar jam kerja, mengurangi beban jam kerja sehingga stres guru di SMPN 193 Jakarta dapat diminimalisasi.

