

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan data, analisis data dan pengujian hipotesis, “Pengaruh Manajemen Stres Terhadap Motivasi Kerja Pegawai di BPPTKPU Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat” dapat disimpulkan bahwa :

1. Manajemen stres di BPPTKPU Dinas Pendidikan Jawa Barat termasuk ke dalam kategori “baik”. Hal ini dapat dilihat dari hasil perhitungan dengan menggunakan teknik *Weighted Means Score* (WMS). Hal ini berarti bahwa manajemen stres di BPPTKPU Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat dalam keadaan baik, hal ini dapat dilihat dari indikator-indikator manajemen stres yang mempunyai kecenderungan positif, yaitu pada identifikasi gejala stres pegawai, analisis penyebab stres pegawai, strategi agar terhindar dari stres dan coping stres.
2. Motivasi kerja pegawai di BPPTKPU Dinas Pendidikan Jawa Barat termasuk ke dalam kategori baik. Hal ini dapat dilihat dari hasil perhitungan dengan menggunakan teknik *Weighted Means Score* (WMS). Hal ini berarti bahwa manajemen stres di BPPTKPU Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat dalam keadaan baik, hal ini dapat dilihat dari indikator-indikator motivasi kerja pegawai yang mempunyai

kecenderungan positif, yaitu pada disiplin, semangat kerja, ambisi, kompetisi, dan kerja keras.

3. Pengaruh manajemen stres Terhadap motivasi kerja pegawai BPPTKPU Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat

a. Koefisien korelasi antara variabel X (Pengelolaan Kelas) terhadap variabel Y (Prestasi Belajar Siswa) dihitung dengan menggunakan rumus *Product moment* menghasilkan korelasi sebesar 0,51. Hasil perhitungan ini tergolong kepada korelasi yang kuat. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara Variabel X (manajemen stres) terhadap Variabel Y (motivasi kerja pegawai) BPPTKPU Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat.

b. Uji signifikansi korelasi diketahui nilai t_{hitung} sebesar 3,13 nilai t_{tabel} 1,701 ternyata t_{hitung} lebih besar daripada t_{tabel} atau H_a diterima dan H_o ditolak, hal ini berarti manajemen stres memberikan pengaruh yang signifikan terhadap motivasi kerja pegawai BPPTKPU Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat. Artinya korelasi antara manajemen stres terhadap motivasi kerja pegawai BPPTKPU Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat dapat digeneralisasikan dan berlaku untuk seluruh responden.

c. Analisis koefisien determinasi dalam penelitian ini sebesar 26,01% yang artinya bahwa meningkat dan menurunnya motivasi kerja pegawai ditentukan oleh *manajemen stres* sebesar 26,01 % dan selebihnya dipengaruhi oleh faktor lain.

- d. Analisis regresi yang digunakan untuk mengetahui besarnya perubahan motivasi kerja pegawai atas perubahan *manajemen stres*, dalam penelitian ini untuk setiap unit perubahan yang terjadi pada variabel X maka akan berpengaruh terhadap variabel Y sebesar 0,08.

B. Saran

Berdasarkan hasil analisis dan temuan yang diperoleh pada saat dan setelah melaksanakan penelitian mengenai “Pengaruh Manajemen Stres Terhadap Motivasi Kerja Pegawai BPPTKPU Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat”, ternyata memiliki kecenderungan sangat baik. Namun ada beberapa hal yang perlu diperhatikan mengenai manajemen stres.

1. Bagi BPPTKPU Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat

Stres yang dialami personil dalam suatu lembaga/instansi memiliki nilai tersendiri. Stres dapat menjadi penghambat kinerja personil menjadi kurang baik atau tidak efektif. Semangat dan tanggung jawab dalam menjalankan tugasnya akan semakin terpacu dan meningkat. Manajemen stres yang dilakukan para pegawai BPPTKPU Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat dapat dikategorikan. Dilihat dari. Namun hal ini masih perlu ditingkatkan dan dipertahankan agar motivasi kerja pegawai senantiasa terjaga dalam upaya efektivitas sekolah.

Demikian juga motivasi kerja pegawai tidak boleh diabaikan begitu saja. Karena jika muncul gejala-gejala berkurangnya motivasi pegawai dalam bekerja amaka besar kemungkinan bisa mempengaruhi

keprofesionalannya. Dan kurangnya motivasi pegawai dalam bekerja jelas menjanjikan stres yang besar.

2. Bagi Peneliti Lebih Lanjut

Dalam penelitian ini masih banyak kekurangannya, terutama dalam hal pengumpulan data. Peneliti merasakan bahwa teknik pengumpulan data melalui angket masih diragukan tingkat objektivitasnya. Artinya hasil angket tersebut ada kemungkinan terdapat unsur rekayasa dari para responden (kurang objektif), karena demi nama baik lembaga, bisa saja para responden menjawab hal-hal yang bersifat positif sedangkan hal lainnya ditutupi atau disembunyikan. Meskipun demikian, inilah hasil yang diperoleh peneliti apa adanya. Oleh karena itu, peneliti menghimbau kepada peneliti yang lain agar memperoleh data yang berkualitas.