

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Pada bab ini akan dikemukakan penafsiran dan pemaknaan hasil penelitian yang disajikan dalam bentuk kesimpulan dan saran sebagai hasil dari perhitungan dan pembahasan data yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya sehingga dapat disimpulkan bahwa penelitian ini bisa menjawab seluruh permasalahan yang telah dirumuskan.

Simpulan dan penjelasan mengenai Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja guru studi kasus di SMP Negeri 1 Cicalengka diukur melalui beberapa indikator, yaitu dalam stres kerja terdapat indikator faktor intrinsik dan ekstrinsik, dalam kinerja guru terdapat indikator perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran dan evaluasi/penilaian pembelajaran. Adapun hasil yang diperoleh yaitu stres kerja memiliki nilai sedang, hal tersebut di dukung oleh perhitungan WMS bahwa stres kerja memiliki skor rata-rata 2,60. Dalam penelitian ini gambaran kinerja di SMP Negeri 1 Cicalengka diukur melalui beberapa indikator yaitu indikator perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran dan evaluasi/penilaian pembelajaran. Adapun hasil yang diperoleh yaitu bahwa kinerja guru memiliki nilai tertinggi dengan perolehan skor rata-rata 4,36.

Dalam hasil perhitungan uji koefisien korelasi terdapat hasil negatif sebesar -0,287, hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel berjalan berlawanan dengan artian apabila stres kerja semakin tinggi akan menyebabkan penurunan pada kinerja guru, berdasarkan tabel tolak ukur koefisien korelasi dapat disimpulkan bahwa antara stres kerja dan kinerja guru tidak memiliki korelasi antara keduanya. Selain itu, dalam hasil perhitungan analisis signifikansi korelasi, diketahui bahwa $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa antara stres kerja dan kinerja guru tidak terdapat pengaruh yang positif antara stres kerja dan kinerja guru. Namun, stres kerja dan kinerja guru mempunyai pengaruh negatif dengan arah hubungan yang negatif. Sehingga apabila terjadi kenaikan atau penambahan pada

stres kerja, akan diikuti dengan penurunan pada kinerja guru, dengan demikian hubungan negatif ini menandakan bahwa stres kerja yang semakin tinggi akan berpengaruh terhadap penurunan kinerja guru.

5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil hasil dan pembahasan yang telah dilakukan mengenai Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Guru studi kasus di SMP Negeri 1 Cicalengka, diperoleh implikasi sebagai berikut:

Dari hasil penelitian yang dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa stres kerja menjadi salah satu faktor yang dapat meningkatkan/menurunkan kinerja guru. Hal ini dapat dijadikan acuan untuk memperoleh dan mengetahui besarnya stres kerja agar bisa mempertahankan kinerja yang dimiliki, hasil stres inilah yang nantinya diharapkan dapat meningkatkan dan mempertahankan kinerja yang dimiliki guru-guru agar bisa mencapai tujuan lembaga/instansi.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, stres kerja terhadap kinerja guru di SMP Negeri 1 Cicalengka sudah berjalan baik, terdapat beberapa saran dan rekomendasi yang diharapkan dapat menjadi masukan yang bermanfaat bagi lembaga maupun bagi peneliti selanjutnya. Maka peneliti membuat beberapa masukan dan pertimbangan yang dijabarkan sebagai berikut:

1) Lembaga

Stres kerja menjadi faktor penting bagi terciptanya kinerja guru dalam mencapai tujuan bersama. Berdasarkan hasil dari penelitian bahwa naik/turunnya stres kerja akan menyebabkan naik/turunnya kinerja guru. Stres kerja dan kinerja guru dapat dikatakan sudah berjalan dengan baik, oleh sebab itu peneliti memberikan rekomendasi agar lembaga dapat mempertahankan indikator-indikator yang sudah termasuk dalam kategori sangat baik. Selain itu, ada beberapa sub indikator stres kerja yang perlu dibenahi salah satunya adalah sub indikator perilaku dengan perolehan nilai paling rendah dengan skor 2,05 dan menjadi sub indikator terendah dari sub indikator lainnya, untuk membenahi ini bisa diatasi dengan pimpinan memberikan arahan, pendampingan dan follow up setiap progres

pekerjaan yang sedang dilakukan oleh guru agar mampu melaksanakan pengajaran dengan keadaan rileks karena ketika guru tidak merasa rileks/aman dapat menimbulkan ketegangan yang kemungkinan besar dapat terjadi kesalahan dan mengganggu proses pembelajaran sehingga dapat merugikan. Cara lain untuk mengatasi stres yang timbul dari faktor intrinsik atau individu itu sendiri diperlukan adanya upaya konseling dari pihak lembaga kepada guru agar mereka bisa menurunkan bahkan mengelola stres tersebut sehingga mereka akan fokus dalam menjalankan kewajibannya untuk mencapai kinerja yang baik.

Serta lembaga juga bisa melakukan analisis jabatan agar tidak ada guru yang memegang lebih dari satu mata pelajaran dan guru yang sanggup memegang tanggung jawab lain di luar jam mengajar, untuk mendapat kinerja yang tinggi, hal tersebut bisa dilakukan juga untuk meminimalisir pekerjaan yang menumpuk dan guru yang memiliki tanggung jawab ganda dalam mengajar, hal tersebut yang akan menyebabkan terjadinya lembur pada waktu-waktu tertentu.

2) Untuk Kepala Sekolah

Sebaiknya kepala sekolah mampu untuk mengatasi stres pada guru-guru agar tidak meningkat, karena dengan menurunnya tingkat stres kerja akan meningkatkan kualitas kinerja bagi guru secara optimal, karena akan bermanfaat bagi kenyamanan guru dalam bekerja yang berdampak pada kinerja yang maksimal dan memuaskan. Dan mempertahankan evaluasi terhadap para guru mengenai tingkat kinerja guru yang dapat dilihat dari sejauhmana kontribusi kerja selama melaksanakan tugas.

3) Untuk Guru

Guru diharapkan mampu mengendalikan stres, mengelola bahkan menurunkan tingkat stres yang di rasakan agar tidak menghambat dalam penyelesaian tugas. Guru pun diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, agar dapat mempertahankan kinerjanya dalam mengajar, karena kewajiban dan tugas guru adalah memberikan pengetahuan bagi siswa, sehingga berhasilnya suatu pendidikan.

4) Untuk Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya, ada baiknya dapat meneliti dan mengkaji lebih dalam agar hasil yang didapatkan dapat lebih akurat dan benar-benar teruji. Mungkin bisa dengan melakukan penelitian dengan pendekatan kualitatif akan dapat menggali informasi lebih mendalam terkait pengaruh stres kerja terhadap kinerja guru di SMP Negeri 1 Cicalengka.

Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian di objek yang sama, faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja maupun kinerja diteliti lebih jauh dan mendalam, sehingga dapat ditemukan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi, misalnya seperti faktor motivasi, disiplin kerja, lingkungan kerja, iklim kerja, dan lain-lain. Selain itu, peneliti ini memiliki banyak kekurangan, oleh karena itu kepada peneliti selanjutnya dapat dijadikan suatu pembelajaran dari penelitian ini, agar penelitian yang dilakukan bisa lebih baik lagi.