

## **BAB V**

### **SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil temuan-temuan yang diperoleh secara umum penelitian mengenai “Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Guru Honorer Sekolah Menengah Pertama Negeri Kota Cimahi” memiliki hubungan negatif dan tidak signifikan. Dan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran beban kerja guru termasuk kategori sangat tinggi, di mana hal tersebut menunjukkan bahwa beban kerja guru honorer yang tidak terikat pada peraturan disamakan dengan tugas guru ASN. Hal ini dibuktikan dengan menggunakan hasil perolehan skor dari jawaban responden untuk variabel beban kerja. Indikator menilai hasil pembelajaran merupakan aspek yang memberikan kontribusi paling besar dalam melaksanakan beban kerja, diikuti dengan sub indikator pengumpulan dan pengolahan informasi untuk mengukur pencapaian hasil belajar pada aspek keterampilan. Dan Indikator melaksanakan tugas tambahan mendapatkan skor terendah. Artinya tidak semua guru diamanahi tugas lain selain tugas pokoknya untuk mengajar.
2. Gambaran stres kerja termasuk kategori sedang. Hal ini dibuktikan dengan menggunakan hasil perolehan skor dari jawaban responden untuk variabel stres kerja. Sub indikator yang memberikan kontribusi besar pada stres kerja adalah kecemasan. Di mana guru sering merasa cemas atau khawatir dengan hasil pekerjaannya dan juga hasil pekerjaan siswa. Sub indikator peningkatan ketidakhadiran memberikan skor paling rendah, yang berarti guru loyal terhadap pekerjaannya dengan rajin datang ke sekolah.
3. Gambaran pengaruh beban kerja terhadap stres kerja dijelaskan berdasarkan uji statistik parametrik dan uji regresi linear sederhana. Disimpulkan bahwa terdapat pengaruh negatif dan tidak signifikan antara beban kerja terhadap stres kerja guru. Hal ini ditunjukkan dengan hasil uji koefisien korelasi yang menunjukkan angka

negatif, yaitu sebesar -0,202. Dengan hasil uji koefisien determinasi 4,1% dan uji signifikansi dari kedua variabel diperoleh hasil bahwa  $t_{hitung} < t_{tabel}$  dengan angka -1,529 < 1,67303. Artinya, beban kerja tidak berpengaruh terhadap stres kerja guru, terdapat faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini yang dapat menimbulkan stres kerja.

## 5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan mengenai Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Guru Honorer Sekolah Menengah Pertama Negeri Kota Cimahi, menunjukkan bahwa beban kerja tidak memiliki pengaruh terhadap stres kerja. Maka Implikasi dari hasil penelitian diuraikan, sebagai berikut:

1. Hasil pengujian beban kerja guru yang menunjukkan angka yang sangat tinggi, memberikan implikasi bahwa, beban kerja yang tinggi dapat menimbulkan kelelahan, serta penyakit fisik, psikis, dan perilaku lainnya.
2. Hasil pengujian stres kerja guru menunjukkan angka sedang, di mana guru dapat mengontrol dan mengendalikan dirinya agar stres kerja tidak meningkat dan mengganggu pekerjaannya. Selain itu, dengan adanya stres kerja, memiliki arti bahwa guru-guru menerima rangsangan atau tekanan yang apabila diterima dengan baik maka akan memiliki pengaruh yang baik terhadap kinerja.
3. Pengaruh beban kerja terhadap stres kerja memiliki implikasi bahwa beban kerja yang diberikan tidak berpengaruh terhadap stres kerja, di mana terdapat faktor lain yang dapat menimbulkan stres kerja namun tidak diteliti dalam penelitian ini.

## 5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, rekomendasi yang dapat diberikan peneliti untuk dapat dijadikan masukan yang bermanfaat. Adapun rekomendasi yang peneliti ajukan adalah, sebagai berikut:

1. Beban kerja

Pembagian kerja perlu diperhatikan, terutama pada pembagian tugas tambahan. Sekolah perlu memberdayakan sumber daya yang ada, yaitu guru honorer untuk dilibatkan dalam tugas-tugas lain selain mengajar di kelas.

## 2. Stres Kerja

Tingkat stres pada kategori sedang perlu tetap dikontrol agar tidak menjadi tinggi. Sekolah sebaiknya menyelenggarakan kegiatan yang berkaitan dengan pengelolaan stres bagi guru atau dengan membuka forum diskusi antar guru mengenai pekerjaan yang diampu, agar dapat saling bertukar pikiran untuk memecahkan masalah yang dihadapi.

## 3. Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja

Pihak sekolah perlu memperhatikan pembagian beban kerja, supaya beban kerja yang diberikan berada pada posisi ideal sesuai dengan kemampuan dan kompetensi guru, yaitu tidak terlalu tinggi dan tidak terlalu rendah. Supaya guru terhindar dari munculnya stres kerja yang dapat mengganggu kesehatan jasmani, rohani dan perilaku.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan masukan, pelajaran maupun referensi bagi peneliti selanjutnya. Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh 95,9% stres kerja dipengaruhi oleh berbagai faktor lainnya yang tidak diteliti oleh peneliti, maka hendaknya peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian yang tidak terpaku dengan variabel yang sama dengan peneliti.