

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan temuan- temuan yang diperoleh dari hasil pengolahan dan analisis data dari penelitian yang berjudul " *Pengaruh Stres Kerja Terhadap Prestasi Kerja Guru Di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri (Bidang Keahlian Teknik) se- Kota Bandung*", maka penulis dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Stres Kerja yang terjadi di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri (Bidang Keahlian Teknik) se- Kota Bandung termasuk cukup tinggi/sedang. Hal ini terlihat pada hasil perhitungan dengan *Weight Means Scored (WMS)* dengan nilai rata-rata 2,81. Ini berarti guru-guru di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri (Bidang Keahlian Teknik) se-Kota Bandung mengalami gejala stres dalam kategori cukup tinggi/sedang. Gejala stres disini ditunjukkan melalui indikator-indikator seperti merasa letih, mudah marah, perasaan gelisah/ cemas, kehilangan konsentrasi, bosan terhadap pekerjaan, keinginan untuk merubah suasana, tidak menyukai rekan kerja, tidak menyukai kritikan, dan tidak puas atas hasil dicapai.
2. Prestasi Kerja guru yang terjadi di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri (Bidang Keahlian Teknik) se- Kota Bandung, termasuk tinggi. Hal ini terlihat pada hasil perhitungan dengan *Weight Means Scored (WMS)* dengan nilai rata-rata 3,96. Ini berarti guru-guru di Sekolah Menengah

Kejuruan (SMK) Negeri (Bidang Keahlian Teknik) se-Kota Bandung bisa tetap meningkatkan prestasi kerja mereka meskipun mereka mengalami stres kerja. Dapat terlihat dari indikator – indikator kualitas pekerjaan, kuantitas pekerjaan, pengetahuan tentang pekerjaan, kreativitas, tanggung jawab, kerja sama, inisiatif, kehadiran, dan keterandalan.

3. Pengaruh Stres Kerja Terhadap Prestasi Kerja Guru di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri (Bidang Keahlian Teknik) se- Kota Bandung.
 - a. Koefisien korelasi antara variabel X (Stres Kerja) terhadap variabel Y (Prestasi Kerja Guru) dihitung dengan menggunakan rumus korelasi *product moment*, sehingga dihasilkan nilai sebesar 0,49. Hasil perhitungan ini tergolong pada korelasi cukup karena berada diantara 0,40-0,59 dan koefisien determinasinya sebesar 24,01%. Hal ini menunjukkan bahwa prestasi kerja guru dipengaruhi oleh Stres Kerja sebesar 0,49 atau 24,01%.
 - b. Uji keberartian koefisien korelasi variabel X (Stres Kerja) terhadap variabel Y (Prestasi Kerja guru) adalah signifikan dengan harga t hitung 5,16 yang mana lebih besar dari t tabel pada tingkat kepercayaan 95% dengan $dk = (n-2) = (86-2) = 84$ dihasilkan nilai t tabel sebesar 1,671. Ini mengandung arti bahwa antara variabel X (Stres Kerja) dan variabel Y (Prestasi Kerja Guru) terdapat korelasi yang positif dan signifikan.
 - c. Pengaruh Stres kerja terhadap Prestasi Kerja guru di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri (Bidang Keahlian Teknik) se- Kota Bandung yang digambarkan melalui persamaan regresi sederhana sebagai

berikut: $\hat{Y} = 23,31 + 0,53X$. Hal ini menunjukkan bahwa perubahan prestasi kerja guru dapat diprediksi akan meningkat sebesar 0,53 satuan, apabila stres kerja yang terjadi di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri (Bidang Keahlian Teknik) se- Kota Bandung ditingkatkan sebesar 0,53 satuan pula. Dikarenakan b bertanda positif, maka perubahannya berupa perkembangan atau peningkatan. Selain itu jika variabel X (stres kerja) bernilai nol sekalipun, maka variabel Y akan tetap mempunyai nilai sebesar 23,31.

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian tersebut, maka penulis dapat menarik kesimpulan bahwa hipotesis penelitian yang diajukan dalam penelitian ini yang menyatakan bahwa: "Terdapat pengaruh yang signifikan antara stres kerja terhadap prestasi kerja guru", **diterima**.

B. SARAN

Berdasarkan hasil temuan- temuan penelitian yang diperoleh, maka pada kesempatan ini, ijinkanlah penulis mengemukakan beberapa saran kepada pihak- pihak yang terkait dalam penelitian ini dengan harapan dapat dijadikan informasi yang berguna. Adapaun saran- saran tersebut adalah:

1. Bagi Guru di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri (Bidang Keahlian Teknik) se- Kota Bandung
 - a. Guru harus dapat terus menerapkan langkah- langkah pengelolaan stres agar mampu mengantisipasi gejala stres yang akan timbul dikarenakan

berbagai hal yang mampu memicu terjadinya gejala stres. Hal ini disebabkan, karena sebagai guru harus selalu dapat menjadi suri teladan dan panutan bagi para muridnya.

- b. Guru harus dapat mempertahankan prestasi kerja yang sudah dicapai dan akan lebih baik jika dapat ditingkatkan lagi. Prestasi kerja merupakan hasil dari usaha yang telah dibina dengan kerja keras, akan lebih membanggakan jika kita dapat mempertahankan apalagi dapat terus meningkatkannya.

2. Bagi peneliti selanjutnya

- a. Agar dilakukan penelitian lanjutan untuk memperdalam dan mengkaji kembali sejauh mana permasalahan mengenai stres kerja yang dialami para guru.
- b. Agar meneliti faktor- faktor lain yang dapat meningkatkan prestasi kerja selain dari stres kerja sehingga diperoleh faktor- faktor lain yang dapat memberikan pengaruh dan kontribusi lebih terhadap prestasi kerja guru.

