

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan beban kerja, konflik peran, hubungan interpersonal, tuntutan luar organisasi, umur, dan masa kerja dengan stres kerja pada guru SDIT Nurul Ilmi 2 Kota Jambi tahun 2024, dapat disimpulkan bahwa:

1. Distribusi guru SDIT Nurul Ilmi 2 Kota Jambi yang mengalami Stres Kerja sebanyak 63,2%
2. Distribusi guru SDIT Nurul Ilmi 2 Kota Jambi memiliki 61,8% beban kerja yang berat, 60,5% konflik peran yang tinggi, 57,9% hubungan interpersonal yang kurang baik, 51,3% tuntutan luar organisasi, 76,3% kategori umur muda, 51,3% dengan masa kerja baru (≤ 5 tahun).
3. Ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan stres kerja pada guru SDIT Nurul Ilmi 2 Kota Jambi dengan $p\text{-value} = 0,000$ dan nilai PR = 3,085.
4. Ada hubungan yang signifikan antara konflik peran dengan stres kerja pada guru SDIT Nurul Ilmi 2 Kota Jambi dengan $p\text{-value} = 0,000$ dan nilai PR = 3,261.
5. Ada hubungan yang signifikan antara hubungan interpersonal dengan stres kerja pada guru SDIT Nurul Ilmi 2 Kota Jambi dengan $p\text{-value} = 0,000$ dan nilai PR = 2,446.
6. Tidak ada hubungan yang signifikan antara tuntutan luar organisasi dengan stres kerja pada guru SDIT Nurul Ilmi 2 Kota Jambi dengan $p\text{-value} = 0,311$ dan nilai PR = 0,803.
7. Tidak ada hubungan yang signifikan antara umur dengan stres kerja pada guru SDIT Nurul Ilmi 2 Kota Jambi dengan $p\text{-value} = 0,296$ dan nilai PR = 0,744.
8. Ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan stres kerja pada guru SDIT Nurul Ilmi 2 Kota Jambi dengan $p\text{-value} = 0,000$ dan nilai PR = 2,087.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi sekolah

1. Diharapkan dapat menyesuaikan tuntutan tugas dengan kemampuan guru dan membuat prioritas pekerjaan
2. Diharapkan dapat mengadakan kegiatan untuk meningkatkan hubungan dan komunikasi, seperti seminar, workshop, atau bahkan acara sosial di luar jam kerja.
3. Diharapkan dapat meningkatkan komunikasi optimal dan kegiatan konseling berkala.
4. Diharapkan dapat menyediakan sumber daya untuk manajemen stres dan kesejahteraan secara umum, seperti program kesehatan mental atau layanan konseling.

5.2.2 Bagi penelitian selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih lanjut hubungan antara beban kerja, konflik peran, hubungan interpersonal, tuntutan luar organisasi, umur, dan masa kerja dengan stres kerja. Dan juga diharapkan dapat menambah jumlah sample yang digunakan dalam meneliti stres kerja pada guru dan menggunakan metode yang lain, serta dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai variabel-variabel lain yang belum diteliti.