

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, analisis data dan pembahasan yang diperoleh dari pengujian secara statistik dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan stres situasi kerja terhadap *psychological well-being* pada guru honorer Madrasah Ibtidaiyah (MI) di Kota Tangerang. Pada penelitian ini, pengaruh yang dihasilkan bersifat negatif, yang artinya semakin tinggi tingkat stres situasi kerja guru honorer, maka akan semakin rendah tingkat *psychological well-being* guru honorer. Dengan kata lain, hasil pengujian statistik dalam penelitian ini adalah H_0 ditolak dan H_a diterima. Pengaruh stres situasi kerja terhadap *psychological well-being* sebesar 11% dan 89% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang mengatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara stres situasi kerja terhadap *psychological well-being* pada guru honorer MI di Kota Tangerang, maka implikasi penelitian ini yaitu perlu adanya usaha dan upaya dari pemerintah dan dari pihak kepala sekolah agar memperhatikan kondisi kesejahteraan psikologis guru honorer yang akan berdampak pada kinerjanya, mengadakan kegiatan-kegiatan serta melakukan evaluasi diri pada guru honorer. Hal ini dilakukan agar guru honorer terhindar dari kondisi stres yang dapat mengganggu kondisi *psychological well-being* pada dirinya.

Memiliki *psychological well-being* yang tinggi menjadi hal yang penting. Ryff & Keyes (1995) menjelaskan bahwa *psychological well-being* merupakan kemampuan individu dalam menerima keadaan dirinya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mampu mengendalikan dirinya dan mandiri terhadap

tekanan sosial, serta mampu untuk merealisasikan potensi yang dimilikinya sehingga memiliki arti dalam hidupnya.

Guru honorer yang memiliki *psychological well-being* tinggi akan memiliki komitmen individu dan produktivitas kerja yang baik, mampu mengajar siswa-siswi dengan profesional, menyelesaikan pekerjaan tepat waktu, dan dapat menciptakan hubungan yang harmonis dengan rekan-rekan seprofesi. Apabila individu memiliki kondisi *psychological well-being* yang baik, maka secara psikologis ia mampu berfungsi dengan baik.

5.3 Saran

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi dari penelitian, maka terdapat saran-saran sebagai berikut:

5.3.1 Guru Honorer

Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan para guru honorer dapat terhindar dari kondisi stres dalam situasi kerja. Banyak hal-hal yang dapat dilakukan, diantaranya mengadakan kegiatan-kegiatan yang menyenangkan baik di lingkungan kerja maupun di luar lingkungan kerja. Hal ini dapat dilakukan para guru honorer agar terhindar dari kondisi stres. Selain itu, dapat menerima kondisi diri sendiri tanpa harus membandingkan diri dengan orang lain dan setiap hal yang dilalui dalam kehidupan dapat diambil maknanya yang bisa bermanfaat bagi dirinya sendiri. Dengan demikian, guru honorer dapat menjalankan hidupnya dengan bahagia, tenang dan mampu mengatasi berbagai masalah dalam hidupnya.

5.3.2 Pemerintah

Diharapkan pemerintah memperhatikan kembali kondisi para guru honorer, misalnya dalam hal pemenuhan hak-hak sebagai guru honorer yang harus dipenuhi. Saat ini, penghasilan yang diperoleh guru honorer tidak sesuai dengan beban kerja yang dijalani. Selain itu, sarana dan prasarana yang dimiliki setiap MI masih kurang memadai. Hal ini dapat mengganggu tercapainya tujuan pendidikan yang sesuai dengan standar pendidikan nasional.

5.3.3 Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian menggunakan sampel guru Pegawai Negeri Sipil (PNS) agar dapat dilihat tingkat *psychological well-being* pada guru PNS sehingga dapat dilihat perbedaannya. Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji kembali masalah ini dengan jangkauan yang lebih luas, sehingga hasilnya dapat digeneralisasikan secara lebih luas.

Selain itu, hal lain yang harus diperhatikan untuk penelitian selanjutnya mengenai jumlah sampel. Dalam penelitian ini jumlah sampel hanya berjumlah 55 responden. Agar hasil penelitian lebih representatif, sebaiknya menggunakan jumlah sampel yang lebih banyak.