

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Berdasarkan pada hasil analisis data dan pembahasan pada penelitian ini mengenai tingkat stres kerja pada guru SMK YPT Banjarmasin *New Normal Covid-19*, maka diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Dari hasil analisa data diketahui bahwa tingkat stres kerja pada guru SMK YPT Banjarmasin berada pada kategori Sedang dengan persentase 87 % (40 orang), kategori rendah dengan persentase 6,5% (3 Orang), dan adapun kategori tinggi dengan persentase 6,5% (3 Orang). Hal ini menunjukkan bahwa stres kerja pada guru SMK YPT Banjarmasin *New Normal Covid-19* berada pada kategori sedang. Kategori sedang pada stres kerja disini ialah stres kerja yang tidak terlalu tinggi dan juga tidak terlalu rendah.
2. Dari hasil analisa data dapat diketahui bahwa tingkat stres kerja berdasarkan jenis kelamin yaitu nilai mean stres kerja pada perempuan sebesar 36,11 dan nilai mean stres kerja laki-laki sebesar 41,93. Sehingga dapat disimpulkan bahwa stres kerja pada guru jenis kelamin laki-laki SMK YPT Banjarmasin di era *new normal Covid-19* lebih beresiko mengalami stres kerja.
3. Dari hasil analisis data bahwa telah diketahui tingkat stres kerja berdasarkan lama guru tersebut bekerja bahwa nilai mean stres kerja yaitu untuk rentang 0-1 tahun adalah 44,14, rentang lama bekerja antara 2-5 Tahun adalah 37,71, rentang lama bekerja 6-10 Tahun yaitu 40,21, dan rentang lama bekerja 11

tahun ke atas yaitu 37,89. Sehingga dapat disimpulkan bahwa stres kerja guru di SMK YPT Banjarmasin di era *new normal Covid-19* paling rentan mengalami stres kerja berdasarkan lama bekerja yaitu rentang waktu antara 0-1 tahun.

B. Rekomendasi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti sadar bahwa penelitian ini masih memiliki beberapa kekurangan sehingga peneliti akan menjelaskan beberapa saran untuk peneliti selanjutnya ataupun instansi terkait, sebagai berikut:

1. Bagi sekolah SMK YPT Banjarmasin agar dapat memperhatikan stres kerja guru. pada penelitian ini tingkat stres kerja berada pada kategori sedang dan stres kerja pada laki-laki ataupun stres kerja berdasarkan lama pekerjaan yang bekerja antara 0-1 tahun dapat diberikan cuti ataupun rekreasi setiap 3 bulan sekali.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya, diharapkan dapat meneliti tentang stres kerja terhadap variabel yang lainnya tentang hubungan ataupun pengaruh sehingga menghasilkan penelitian yang lebih beragam.