

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data yang telah dilakukan penulis terkait dengan judul “Analisis Pengaruh *Self-efficacy* Terhadap *Emotional Exhaustion*, *Personal Accomplishment*, dan *Depersonalization* Selama *Work From Home*: Telaah pada Guru-Guru Sekolah Dasar (SD) Negeri di Kabupaten Tangerang” dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berikut adalah demografi responden dari hasil penyebaran kuesioner pada saat melakukan *main test*:
 - a) Mayoritas responden dalam penelitian ini berjenis kelamin wanita dengan presentase sebesar 80,7% atau sebanyak 109 responden dan untuk jenis kelamin Laki-Laki menunjukkan nilai presentase sebesar 19,3% atau sebanyak 26 responden.
 - b) Lama mengajar responden dengan presentase 25,2% atau sebanyak 34 responden sudah mengajar selama lebih dari 20 tahun. Sebesar 25,2% atau 34 responden sudah mengajar selama 16-20 tahun, sebesar 23,7% atau sebanyak 32 responden sudah mengajar selama 11-15 tahun dan sebesar 17,8% atau 24 responden sudah mengajar selama 1-5 tahun serta sebesar 8,1% atau sebanyak 11 responden sudah mengajar selama 6-10 tahun.
 - c) Usia responden terdiri dari 32,6% atau sebanyak 44 responden berusia 31-40 tahun, 28,9% atau sebanyak 39 responden berusia 51-60 tahun, 20% atau sebanyak 27 responden berusia 41-50 tahun dan 17,8% atau sebanyak 24 responden berusia 21-30 tahun.
 - d) Kecamatan asal sekolah terdiri dari 84,4% atau sebanyak 114 responden berasal dari Kecamatan Tigaraksa, 10,4% atau sebanyak 14 responden berasal dari Kecamatan Jambe, dan 5,2% atau sebanyak 7 responden berasal dari Kecamatan Solear.
 - e) Guru mata pelajaran terdiri dari 70,4% atau sebanyak 95 responden mengajar mata pelajaran Pkn (Pendidikan Kewarganegaraan), Matematika, Bahasa Indonesia, IPA (Ilmu Pengetahuan Alam), IPS (Ilmu Pengetahuan Sosial), dan Seni Budaya. Sebesar 12,6% atau sebanyak 17 responden mengajar mata pelajaran Pendidikan Agama, sebesar 11,1% atau 100 sebanyak 15 responden

mengajar mata pelajaran Penjaskes (Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, serta 5,9% atau sebanyak 8 responden mengajar mata pelajaran Bahasa Inggris.

- f) Status guru terdiri dari 51,1% atau sebanyak 69 responden berstatus sebagai guru honorer, 43,7% atau sebanyak 59 responden berstatus sebagai guru tetap (PNS), dan 5,2% atau sebanyak 7 responden berstatus sebagai guru kontrak.
 - g) Status pernikahan terdiri dari 83,7% atau sebanyak 113 responden berstatus menikah, 6,7% atau sebanyak 9 orang berstatus belum menikah, 6,7% atau 9 responden berstatus sebagai janda dan 1,5% atau sebanyak 2 responden berstatus sebagai duda.
 - h) Tingkat pendidikan responden 100% atau sebesar 135 responden bergelar Strata 1 (S1).
 - i) Sebesar 100% atau sebanyak 135 responden pernah melaksanakan *Work From Home* (WFH).
 - j) Sebesar 100% atau sebanyak 135 responden berasal dari guru Sekolah Dasar Negeri di Kabupaten Tangerang.
2. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap guru Sekolah Dasar Negeri di Kabupaten Tangerang, dapat dinyatakan bahwa *Self-Efficacy* dan *Emotional Exhaustion* memiliki pengaruh negatif yang telah dibuktikan dengan hasil pengolahan data dan nilai yang menunjukkan nilai *T-Statistic* sebesar 6.537 *original sample* (O) sebesar -0,522 dan nilai *P-value* sebesar 0,000 yang menyatakan terdapat pengaruh yang signifikan.
3. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap guru Sekolah Dasar Negeri di Kabupaten Tangerang, dapat dinyatakan bahwa *Self-Efficacy* dan *Personal Accomplishment* memiliki pengaruh positif yang telah dibuktikan dengan hasil pengolahan data dan nilai yang menunjukkan nilai *T-Statistic* sebesar 9.263 *original sample* (O) sebesar 0.647 dan nilai *P-value* sebesar 0,000 yang menyatakan terdapat pengaruh yang signifikan.
4. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap guru Sekolah Dasar Negeri di Kabupaten Tangerang, dapat dinyatakan bahwa *Self-Efficacy* dan *Depersonalization* memiliki pengaruh negatif yang telah dibuktikan dengan hasil pengolahan data dan nilai yang menunjukkan nilai *T-Statistic* sebesar 6.586 *original sample* (O) sebesar -0.539 dan nilai *P-value* sebesar 0,000 yang menyatakan terdapat pengaruh yang signifikan.

5.2. Saran

5.2.1. Saran untuk Pihak Sekolah dan Guru

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah didapatkan, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan kepada pihak sekolah dan para guru yaitu sebagai berikut:

1. Saran untuk pihak sekolah dan para guru agar dapat meningkatkan *Self-Efficacy* dan meminimalisir terjadinya kelelahan emosional yaitu dengan mengikuti kegiatan lokakarya atau *academic workshop* yang terkait dengan metode pembelajaran jarak jauh sehingga para guru akan mendapatkan wawasan yang lebih luas tentang bagaimana membuat pembelajaran daring menjadi lebih sukses dan lebih banyak mengetahui terkait metode-metode pembelajaran daring yang dapat digunakan, dengan begitu para guru juga dapat menangani masalah yang terjadi dengan baik sehingga dapat menurunkan tingkat kelelahan emosional yang terjadi saat pembelajaran daring berlangsung.
2. Saran yang dapat diberikan kepada pihak sekolah untuk dapat meningkatkan *Self-Efficacy* dan *Personal Accomplishment* (pencapaian pribadi) pada guru adalah dengan memberikan dukungan dan motivasi yang besar agar guru dapat lebih merasa percaya terhadap kemampuannya dalam mencapai hal-hal yang berharga di dalam hidupnya. Dengan begitu maka tingkat rendahnya pencapaian pribadi akan berkurang karena pihak sekolah juga telah memberikan dukungan kepada guru sehingga para guru merasa lebih di pedulikan. Selain itu, saran yang dapat diberikan untuk guru adalah dengan mencari pengalaman sebanyak mungkin agar wawasannya menjadi lebih luas sehingga dapat terus meningkatkan kualitas diri maka akan semakin banyak *achievement* yang di dapat sering dengan berjalannya waktu dan ketika *achievement* tersebut sudah di dapat dalam diri guru maka *self-efficacy* tersebut akan meningkat.
3. Saran yang dapat diberikan kepada pihak sekolah untuk dapat meningkatkan *Self-Efficacy* dan meminimalisir terjadinya depersonalisasi adalah dengan cara mengadakan forum diskusi antara pihak kepala sekolah dengan pihak guru yang dapat dilakukan secara *online* melalui aplikasi *video conference*. Saat melaksanakan forum diskusi, pihak kepala sekolah diharapkan dapat memberikan waktu kepada guru untuk dapat menyampaikan keluhan-keluhan selama mengajar daring dan dapat memberikan saran serta masukan kepada para guru agar mereka dapat menyeimbangkan antara tuntutan pekerjaan dengan kemampuan dirinya.

Kegiatan forum diskusi ini diharapkan dapat dilakukan minimal 1 bulan 2 kali pertemuan agar pihak sekolah dapat mengevaluasi dan memberikan *feedback* positif kepada para guru yang mengalami tingkat kemampuan yang rendah dan merasa tidak yakin terhadap kemampuannya dengan begitu rendahnya tingkat efikasi diri pada guru akan meningkat secara perlahan karena setiap permasalahan tidak dipendam secara pribadi melainkan mereka dapat mendiskusikannya dengan baik kepada pihak sekolah, sehingga tingkat depersonalisasi pun akan berkurang.

5.2.2. Saran untuk Penelitian Selanjutnya

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, penulis memberikan beberapa saran kepada peneliti selanjutnya yaitu:

1. Kepada peneliti selanjutnya, penulis memberikan saran untuk melakukan penelitian yang lebih luas lagi tidak hanya melakukan penelitian untuk guru Sekolah Dasar namun dapat juga melakukan penelitian untuk guru PAUD, guru TK, guru Sekolah Menengah Pertama (SMP), guru Sekolah Menengah Atas (SMA) dan bahkan dapat melakukan penelitian kepada para dosen di universitas yang tidak hanya dilakukan di Kabupaten Tangerang saja, namun dapat melakukan penelitian ke wilayah yang lebih luas lagi agar hasilnya lebih akurat. Kepada peneliti selanjutnya, penulis memberikan saran agar melakukan penelitian tidak hanya kepada pihak guru di sekolah namun kepada guru yang mengajar les *privat* juga dapat diteliti.
2. Kepada peneliti selanjutnya, penulis memberikan saran agar melakukan penelitian menggunakan variabel independen yang lebih banyak karena variabel independen dalam penelitian ini hanya *Self-Efficacy* saja. Sehingga diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan variabel independen yang lain selain *Self-Efficacy* yang menjadi tolak ukur dari variabel *emotional exhaustion*, *personal accomplishment*, dan depersonalisasi.

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA