

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pada rumusan masalah, tujuan penelitian, hipotesis yang diajukan dan hasil pengolahan data serta pembahasan sebelumnya, maka peneliti memperoleh kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh beban kerja dan *work family balance* terhadap *burnout* pada guru SD wanita yang sudah menikah di Kota Kediri, yaitu sebagai berikut:

1. Variabel beban kerja secara parsial menunjukkan bahwa adanya pengaruh positif yang signifikan terhadap variabel *burnout*. Pernyataan ini berdasarkan hasil uji T nilai sig.  $0,00 < 0,05$ , sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.
2. Variabel *work family balance* secara parsial menunjukkan bahwa adanya pengaruh positif yang signifikan terhadap variabel *burnout*. Pernyataan ini berdasarkan uji T bahwa nilai sig.  $0,00 < 0,05$ , sehingga  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak.
3. Terdapat pengaruh positif dan signifikan pada variabel beban kerja dan *work family balance* terhadap *burnout*, hal ini berdasarkan uji F diketahui sig.  $0,00 < 0,05$ , dengan demikian model persamaan regresi berganda berdasarkan data penelitian adalah signifikan.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, saran yang dapat penulis berikan:

- a. Untuk Guru Wanita khususnya yang mengajar di Sekolah SD yang sudah menikah diharapkan dapat meningkatkan fokus dan komitmen untuk

memajukan kualitas pendidikan di SD meskipun mempunyai peran ganda sebagai ibu rumah tangga dan wanita karir sehingga mampu membuktikan bahwa guru peran ganda juga dapat mengimbangi atau melebihi prestasi dari guru yang tidak memiliki peran ganda.

- b. Untuk Manajemen sekolah diharapkan lebih memperhatikan beban kerja dengan cara meningkatkan pengetahuan dan mengatur SDM, karena guru perlu menyeimbangkan beban kerja, Manajemen sekolah diharapkan dapat mempertahankan *work family family* secara konsisten terhadap guru wanita dan Manajemen sekolah diharapkan lebih memperhatikan *burnout* dengan cara diadakan refreasing seperti ada *outbond* ataupun kegiatan lainnya.
- c. Untuk peneliti selanjutnya yang tertarik dan ingin meneliti mengenai beban kerja dan *work family balance* dengan *burnout*, disarankan untuk mengurangi aitem yang gugur atau tidak valid dan sebaiknya menggunakan variabel lain karena beban kerja dan *work family balance* memiliki pengaruh kontribusi secara bersama-sama sebesar 28,1% terhadap variabel *burnout* dan sisanya 71,9% dipengaruhi variabel lain yang sehingga memungkinkan adanya variabel lain secara teoritis dapat menjelaskan pengaruh beban kerja dan *work family balance* terhadap *burnout*.