

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian beban kerja mental pada tenaga pendidik maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil pengolahan data beban kerja mental dengan metode NASA-TLX didapatkan bahwa besar beban kerja yang dirasakan oleh 28 orang termasuk dalam kategori sangat tinggi, 25 orang termasuk dalam kategori tinggi, dan 1 orang dalam kategori agak tinggi.
2. Pada hasil pengolahan data beban kerja mental menggunakan MCH didapatkan bahwa hasil pembobotan pekerjaan 1 sebesar 54.3% dengan kategori sedang dengan bobot *Optimal Load*, pekerjaan 2 sebesar 54.6% dengan kategori sedang dengan bobot *Optimal Load*. Pekerjaan 3 sebesar 51.7% dengan kategori sedang dengan bobot *Optimal Load*, pekerjaan 4 sebesar 55.2% dengan kategori sedang dengan bobot *Optimal Load*, pekerjaan 5 sebesar 55.4% dengan kategori sedang dengan bobot *Optimal Load*. Dengan 1 orang dalam kategori berat, 48 orang dalam kategori sedang, dan 5 orang dalam kategori ringan.
3. Pengolahan data beban kerja mental menggunakan *Rating Scale Mental Effort* (RSME) didapatkan hasil bahwa beban kerja yang dirasakan oleh 6 orang dalam kategori beban kerja sangat besar, 22 orang dalam kategori beban kerja besar, 21 orang dalam kategori beban kerja cukup besar, 2 orang dalam kategori beban kerja agak besar, dan 3 orang dalam kategori beban kerja kecil. Selain itu, berdasarkan 6 variabel pengukuran beban kerja mental dengan metode RSME didapatkan nilai rata-rata indikator yang didapatkan pada beban kerja (BK) sebesar 88.52 dengan tingkat usaha yang dilakukan besar dengan persentase sebesar 17.6%, Pada kesulitan kerja (KK) sebesar 79.07 dengan tingkat usaha cukup besar dengan persentase sebesar 15.73%, pada performansi kerja (PK) sebesar 88.76 dengan tingkat usaha besar dengan persentase sebesar 17.65% , pada usaha mental kerja (UMK) sebesar 88.33 dengan tingkat usaha besar dengan persentase sebesar 17.57%, pada kegelisahan kerja (KgK) sebesar 74.91 dengan tingkat usaha cukup besar dengan persentase 14.9%, dan pada kelelahan kerja (KIK)

sebesar 83.24 dengan tingkat usaha cukup besar dengan persentase 16.55%

4. Rancangan usulan perbaikan yang diberikan yaitu menyediakan workshop dan pelatihan berkala, Meningkatkan dukungan kerja dan memberikan reward kepada tenaga pendidik, menambah jumlah tenaga pendidik dengan usulan kepada penelitian selanjutnya untuk meneliti jumlah tenaga pendidik yang optimal.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis, maka dapat diberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya dapat mengambil faktor yang mempengaruhi beban kerja yang tinggi pada tenaga pendidik, seperti Lingkungan Kerja, Kelelahan Kerja, dan lain sebagainya. Dengan melibatkan objek penelitian yang lebih bervariasi, penelitian juga dapat memberikan wawasan yang lebih komprehensif mengenai pengaruh faktor dalam beban kerja dalam lingkungan sekolah.
2. Usulan perbaikan yang diberikan dapat dijadikan bahan pertimbangan atau acuan sebagai perbaikan pada sekolah untuk mengurangi tingkat beban kerja mental yang dirasakan oleh tenaga pendidik selama melakukan pekerjaannya.