

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang diperoleh, maka peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Rancangan modul Pelatihan yang dibuat dalam penelitian ini telah teruji dapat digunakan untuk menurunkan *strain based conflict-FIW* pada guru di yayasan “X” yang mengikuti pelatihan.
2. Sebagian besar guru di yayasan “X” yang mengikuti pelatihan dalam penelitian ini, setelah mengikuti pelatihan mengalami penurunan *strain based conflict-FIW*. Hal ini menunjukkan bahwa Tujuan Instruksional Umum pelatihan untuk menurunkan *strain based conflict-FIW* tercapai.
3. Rancangan modul pelatihan yang dibuat dalam penelitian ini mendapat reaksi positif dari responden pelatihan, namun perlu dilakukan evaluasi dalam hal games dan ceramah mengingat ada yang menyatakan bahwa perlu diperbanyak games dalam pelatihan yang telah dilakukan.

5.2 SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diajukan saran teoritis dan saran praktis, sebagai berikut :

5.2.1. SARAN TEORITIS

1. Kepada penelitian lain, dapat menggunakan hasil penelitian ini untuk :
 - a. Mendesain kuesioner untuk pre-test yang lebih tajam menggambarkan proses belajar peserta pelatihan.
 - b. Melakukan penelitian lanjutan mengenai pelatihan untuk menurunkan *strain based conflict-FIW* dengan adanya jangka pengaturan waktu pemberian *pretest* dan *posttest*. Hal ini diharapkan agar modul pelatihan untuk menurunkan *strain based conflict-FIW* dapat dilihat efektivitasnya.
 - c. Melakukan penelitian lanjutan mengenai *strain based conflict-FIW* dengan menggunakan subjek penelitian yang lebih besar dan dari lingkungan sekolah yang lebih bervariasi. Hal ini diharapkan agar modul pelatihan untuk menurunkan *strain based conflict-FIW* dapat digeneralisasikan karena pada penelitian ini ujicoba modul pelatihan diberikan hanya pada guru di satu yayasan “X” yang ada di Jakarta.
 - d. Melakukan penelitian lanjutan mengenai pelatihan untuk menurunkan *strain based conflict-FIW* dengan memodifikasi metode yang lebih bervariasi. Hal

ini diharapkan agar modul pelatihan untuk menurunkan *strain based conflict-FIW* ini dapat dibandingkan dengan rancangan model intervensi yang lain.

5.2.2. SARAN PRAKTIS

1. Kepada guru di yayasan “X” dapat menggunakan hasil penelitian sebagai salah satu cara untuk melakukan refleksi diri dan memberikan gambaran mengenai pentingnya menurunkan *strain based conflict-FIW* dalam menjalankan peran sehari-hari terutama di area pekerjaan keluarga.
2. Kepada para Psikolog Sosial, Pendidikan maupun Industri dan Organisasi dapat menggunakan modul pelatihan untuk menurunkan *strain based conflict-FIW* sebagai salah satu model intervensi pada guru yang mengalami *strain based conflict-FIW*.