

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara komunikasi interpersonal dengan stres pada wanita karir (guru). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi komunikasi interpersonal yang dimiliki wanita karir (guru) maka stres yang dialami cenderung semakin rendah. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah komunikasi interpersonal yang dimiliki wanita karir (guru) maka stres yang dialami semakin tinggi. Untuk komunikasi interpersonal diketahui memberikan sumbangan sebesar 13,6% terhadap penurunan stres pada wanita karir (guru), sedangkan 86,4% disebabkan oleh beberapa faktor lain yang tidak diteliti seperti tekanan waktu, keuangan, penerimaan sosial, dan korban sosial.

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi Wanita Karir (Guru)**

Bagi subjek penelitian yaitu wanita karir (guru) yang sudah memiliki komunikasi interpersonal yang baik hendaknya tetap dipertahankan dan wanita karir (guru) yang komunikasi interpersonalnya masih kurang hendaknya untuk segera memperbaiki dan mengembangkan komunikasi interpersonal sehingga dapat mengurangi stres dengan baik.

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti dengan tema atau permasalahan yang sama dapat meneliti variabel lain selain komunikasi interpersonal. Menurut Khon P. M dan Macdonald J. E (dalam Dewi, Lilik dan Karyanta 2006) ada enam faktor yang dapat mempengaruhi stres, yaitu kesulitan sosial dan budaya, pekerjaan, tekanan waktu, keuangan, penerimaan sosial, dan korban sosial. Sementara Rakhmat (dalam Uswatusolihah, 2013) menyebutkan bahwa ada tiga faktor yang mempengaruhi komunikasi interpersonal, yaitu persepsi interpersonal, konsep diri, dan atraksi interpersonal. Untuk mendapatkan hasil yang lebih mendalam dapat dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif.