

## **BAB V**

### **SIMPULAN**

#### **5.1. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh beban kerja, peran konflik, dan *work life balance* terhadap stress kerja karyawan Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Sruweng pada Chamdani dan Al Maun, maka penulis menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Beban kerja mempunyai pengaruh terhadap stres kerja karyawan Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Sruweng pada Chamdani dan Al Maun.
2. Peran konflik mempunyai pengaruh terhadap stres kerja karyawan Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Sruweng pada Chamdani dan Al Maun.
3. *Work life balance* mempunyai pengaruh terhadap stres kerja karyawan Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Sruweng pada Chamdani dan Al Maun.
4. Beban kerja, peran konflik, dan *work life balance* mempunyai pengaruh secara bersama-sama terhadap stres kerja karyawan Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Sruweng pada Chamdani dan Al Maun. Artinya peran ketiga variabel tersebut dalam penelitian ini memiliki pengaruh secara bersama-sama terhadap stres kerja.

## 5.2. Keterbatasan

Berdasarkan pada pengalaman langsung peneliti dalam proses penelitian ini, ada beberapa keterbatasan yang dialami dan dapat menjadi beberapa faktor yang agar dapat untuk lebih diperhatikan bagi peneliti-peneliti yang akan datang dalam lebih menyempurnakan penelitiannya karna penelitian ini sendiri tentu memiliki kekurangan yang perlu terus diperbaiki dalam penelitian-penelitian kedepannya. Beberapa keterbatasan dalam penelitian tersebut, antara lain:

1. Keterbatasan penelitian kuantitatif terletak pada sifatnya yang kaku, kurang mendalam, dan rentan terhadap bias instrument.
2. Desain penelitian seperti kuesioner atau eksperimen sudah baku dan terstruktur sejak awal. Peneliti tidak bisa mengubah pertanyaan atau arah penelitian di tengah jalan, meskipun ada fenomena baru yang menarik muncul.
3. Penelitian ini hanya menggunakan metode survey melalui kuesioner, sehingga simpulan yang dikemukakan hanya berdasarkan pada data yang terkumpul melalui instrument secara tertulis.
4. Variabel yang diteliti masih dirasa belum cukup untuk mengukur faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja karyawan Rumah Sakit PKU

Muhammadiyah Sruweng pada Chamdani dan Al Maun, sehingga untuk penelitian lebih lanjut perlu menambahkan variabel lain yang dapat mempengaruhi kinerja seperti kepemimpinan, kompetensi, lingkungan kerja fisik, kompensasi dan lain-lain.

5. Dalam proses pengambilan data, informasi yang diberikan responden melalui kuesioner terkadang tidak menunjukkan pendapat responden yang sebenarnya, hal ini terjadi karena kadang perbedaan pemikiran, anggapan dan pemahaman yang berbeda tiap responden, juga faktor lain seperti faktor kejujuran dalam pengisian pendapat responden dalam kuesionernya.

### **5.3. Implikasi**

Implikasi yang dapat disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### **5.3.1. Implikasi Praktis**

Berdasarkan atas temuan penelitian yang dibahas pada bab sebelumnya maka ada beberapa implikasi praktis sesuai dengan prioritas yang dapat diberikan sebagai masukan bagi Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Sruweng pada Chamdani dan Al Maun yaitu sebagai berikut:

1. Bagi manajemen Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Sruweng pada Chamdani dan Al Maun harus memperhatikan faktor beban kerja yang dibebankan pada karyawannya. Beban kerja pada penelitian ini memiliki pengaruh positif terhadap stres

kerja. Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Sruweng pada Chamdani dan Al Maun sebaiknya dapat menurunkan tingkat stres kerja perawatnya dengan menurunkan tekanan dalam beban kerja perawat pada rumah sakit. Beban kerja yang berlebihan akan memicu naiknya tingkat stres kerja pada perawat. Mengurangi beban kerja secara kuantitatif merupakan solusi untuk menurunkan tingkat stres kerja. Maka dari itu, rumah sakit sebaiknya memperhatikan aspek beban kerja kuantitatif yang merupakan jumlah pekerjaan yang berlebihan diiringi dengan waktu yang tidak mencukupi dalam melaksanakan pekerjaan tersebut, hal tersebut dirasakan oleh perawat. Dengan memberikan jumlah pekerjaan yang selayaknya atau pembagian pekerjaan dengan jelas dengan perawat secara merata dan dengan disediakan waktu yang cukup takkan membuat perawat merasakan beban kerja berlebihan kuantitatif lagi dalam melaksanakan pekerjaannya sehari-hari sehingga akan menurunkan tingkat stres kerja karyawannya.

2. Bagi manajemen Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Sruweng pada Chamdani dan Al Maun harus memperhatikan faktor peran konflik pada karyawannya. Hasil penelitian ini dapat di jadikan sumber informasi dan evaluasi dalam mengtasi peran konflik karyawan dengan diadakan pelatihan berkala untuk membekali

staf dengan keterampilan komunikasi asertif, empati, dan cara *problem-solving* yang konstruktif.

3. Bagi manajemen Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Sruweng pada Chamdani dan Al Maun harus memperhatikan faktor *work life balance* pada karyawannya. *Work life balance* pada penelitian ini memiliki pengaruh terhadap stres kerja. Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Sruweng pada Chamdani dan Al Maun sebaiknya mengevaluasi dengan membuat jadwal yang lebih fleksibel dan adil guna memberikan waktu istirahat yang cukup antar shift, terutama setelah menangani kasus berat. Pihak manajemen terutama atasan harus mendorong budaya saling menghargai waktu pribadi.

### 5.3.2. Implikasi Teoritis

Implikasi teoritis merupakan sebuah cerminan bagi setiap penelitian dimana implikasi teoritis memberikan gambaran mengenai rujukan-rujukan yang mempengaruhi dalam penelitian ini. Untuk lebih jelasnya implikasi teoritis pada penelitian ini yaitu:

#### a. Pengaruh Beban Kerja terhadap Stres Kerja

Menurut Rolos et al (2018), beban kerja adalah besaran pekerjaan yang harus dipikul oleh suatu jabatan atau unit organisasi dan merupakan hasil kali antara volume kerja dan norma waktu. Jika kemampuan pekerja lebih tinggi daripada tuntutan pekerjaan, nantinya akan muncul rasa bosan dan

sebaliknya, jika kemampuan pekerja lebih rendah daripada tuntutan pekerjaan, maka akan muncul kelelahan yang berlebih. Berdasarkan hasil penelitian beban kerja mempunyai pengaruh terhadap stres kerja, sehingga dapat disimpulkan bahwa dugaan pada hipotesis yang berbunyi diduga beban kerja berpengaruh terhadap stres kerja karyawan RS PKU Muhammadiyah Sruweng Kebumen dapat diterima. Artinya Hipotesis 1 pada penelitian ini dapat diterima.

Hasil penelitian ini sejalan atau diperkuat penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Firdaus (2022), hasil penelitian membuktikan bahwa beban kerja yang berlebihan berpengaruh terhadap stres kerja perawat pada Rumah Sakit.

b. Pengaruh Peran Konflik terhadap Stres Kerja

Menurut Mangkunegara (2008), menggambarkan konflik sebagai pertentangan antara harapan dan kenyataan, yang bisa menjadi sumber stres kerja.

Berdasarkan hasil penelitian peran konflik mempunyai pengaruh yang terhadap stres kerja, sehingga dapat disimpulkan bahwa dugaan pada hipotesis yang berbunyi diduga peran konflik berpengaruh

terhadap stress kerja karyawan RS PKU Muhammadiyah Sruweng Kebumen dapat diterima. Artinya Hipotesis 2 pada penelitian ini dapat diterima.

Hasil penelitian ini sejalan atau diperkuat penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Aulia (2024), hasil penelitian membuktikan bahwa peran konflik berpengaruh terhadap stres kerja perawat pada Rumah Sakit.

c. Pengaruh *Work Life Balance* terhadap Stres Kerja

Menurut Lumunon et al., dalam Muliawati (2020) “*work life balance* dapat didefinisikan sebagai kondisi seorang individu yang dapat mengatur waktu dengan baik atau dapat menyelaraskan antara pekerjaan di tempat kerja, kehidupan dalam keluarga, dan kepentingan pribadi”. *Work Life Balance* menurut pandangan dari pekerja merupakan pilihan dari kewajiban kerja yang dikelola dengan tanggung jawab keluarga dan pribadi.

Berdasarkan hasil penelitian beban kerja mempunyai pengaruh terhadap stres kerja, sehingga dapat disimpulkan bahwa dugaan pada hipotesis yang berbunyi diduga *work life balance* berpengaruh terhadap stres kerja karyawan RS PKU Muhammadiyah Sruweng Kebumen dapat diterima. Artinya Hipotesis 3 pada penelitian ini dapat diterima.

Hasil penelitian ini sejalan atau diperkuat penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rezka (2020), hasil penelitian membuktikan bahwa peran *work life balance* berpengaruh terhadap stres kerja perawat pada Rumah Sakit.

- d. Pengaruh Beban Kerja, Peran Konflik, dan *Work Life Balance* terhadap Stres Kerja Secara Bersama-sama atau Simultan.

Berdasarkan analisis perhitungan statistic menggunakan spss untuk variabel beban kerja, beban kerja, dan *work life balance* mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap stres kerja secara bersama-sama atau simultan, sehingga dapat disimpulkan bahwa dugaan pada hipotesis yang berbunyi diduga beban kerja, beban kerja, dan *work life balance* berpengaruh secara simultan terhadap stres kerja karyawan RS PKU Muhammadiyah Sruweng Kebumen dapat diterima. Artinya Hipotesis 4 pada penelitian ini dapat diterima.