

BAB V

KESIMPULAN & SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan analisis PLS untuk menguji Beban Kerja dan *Social Support* Terhadap *Work-Life Balance* perawat unit rawat inap Rumah Sakit Umum An-Nisaa' Husada Blitar, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Beban Kerja memberikan dampak kepada *Work-Life Balance*. Semakin banyak Beban Kerja, maka tingkat *Work-Life Balance* akan meningkat. Dengan adanya perencanaan dan pengendalian waktu dalam menyelesaikan pekerjaan, dapat berdampak pada keseimbangan kehidupan kerja dan pribadi, sehingga beban kerja perawat dapat teratasi dengan mudah tanpa menyebabkan *imbalance*.
2. *Social Support* memberikan dampak kepada *Work-Life Balance*. Semakin tinggi *Social Support*, maka tingkat *Work-Life Balance* akan meningkat. Dengan adanya perhatian dan kepedulian dari orang-orang di lingkungan kerja, dapat berdampak pada keseimbangan kehidupan kerja dan pribadi, karena dukungan tersebut akan berpengaruh pada perasaan yang dirasakan oleh perawat saat sedang menjalankan pekerjaan maupun kehidupan pribadi. Sehingga *social support* penting untuk terus diterapkan di lingkungan kerja guna meningkatkan semangat kerja dan mengurangi resiko adanya permasalahan pribadi.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian yang ada di atas, dapat disampaikan beberapa saran yang diharapkan dapat bermanfaat dan dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam pengambilan keputusan. Adapun saran yang telah diberikan diantaranya sebagai berikut:

1. Pada variabel Beban Kerja diketahui bahwa indikator pengukur yang paling kuat adalah indikator penggunaan waktu. Untuk mendukung beban kerja perawat unit rawat inap Rumah Sakit Umum An-Nisaa' Husada dapat memberikan apresiasi atas kerja keras dan pencapaian yang dilakukan oleh perawat, memberikan program-program yang mampu membangun dan mengembangkan kinerja, pelatihan manajemen waktu, kejelasan tugas serta sistem kerja yang efektif dan efisien, dan waktu yang lebih fleksibel agar perawat dapat memanfaatkan waktu luang di luar pekerjaan untuk memulihkan tenaga dengan beristirahat, berolahraga untuk menjaga stamina, serta menikmati waktu luang bersama teman maupun keluarga.
2. Pada variabel *Social Support* diketahui bahwa indikator pengukur yang paling kuat adalah indikator dukungan emosional. Untuk meningkatkan dukungan tersebut pada perawat unit rawat inap Rumah Sakit Umum An-Nisaa' Husada dapat menciptakan suasana lingkungan kerja yang lebih baik dan nyaman sehingga berdampak pada produktivitas perawat maupun meningkatkan motivasi perawat unit rawat inap, memberikan lingkup kerja yang suportif dan menjalin komunikasi yang baik antara satu dengan yang lain. Hal tersebut dapat menekan resiko dan meminimalisir terjadinya

perpecahan dan rasa ketidaknyamanan saat bekerja, serta pengaruh terhadap kehidupannya diluar pekerjaan.

3. Bagi peneliti selanjutnya, peneliti menyarankan untuk mendalami dan mengkaji topik ini lebih dalam dan lebih luas. Karena penelitian ini masih belum meluas dan banyak peneliti yang meneliti variabel ini, disarankan untuk peneliti selanjutnya lebih membedah, mengulik, dan mencari banyak jurnal terkait penelitian ini, dan diharapkan mampu menambahkan variabel yang ekstensif. Peneliti juga menyarankan peneliti selanjutnya untuk meneliti topik ini di instansi, industri, dan perusahaan yang berbeda, dengan tuntutan waktu kerja yang besar. Karena penelitian ini memiliki keterbatasan penelitian yaitu hanya meneliti perawat unit rawat inap, disarankan untuk peneliti selanjutnya meneliti karyawan dibagian dan dibidang lain.