

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *work-life balance* pada perawat wanita IRNA Non Bedah Penyakit Dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai gambaran *work-life balance* pada perawat wanita IRNA Non Bedah Penyakit Dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang adalah secara umum perawat wanita IRNA Non Bedah Penyakit Dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang sebagian besar memiliki *work-life balance* dengan kategori tinggi.

Ketika dilakukan analisis lebih lanjut, berdasarkan nilai skor *mean* dari setiap dimensi, dimensi *personal life interference with work* (PLIW) merupakan dimensi yang paling tinggi ditunjukkan oleh perawat wanita IRNA Non Bedah Penyakit Dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang dibandingkan dengan ketiga dimensi lainnya. Artinya, sebagian besar perawat wanita IRNA Non Bedah Penyakit Dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang merasa bahwa kehidupan pribadi yang dimiliki tidak mengganggu kehidupan pekerjaan yang dilakukannya, dan telah mampu bekerja secara profesional.

Selanjutnya hasil tambahan penelitian berdasarkan faktor demografis usia dan status pernikahan. Terdapat perbedaan signifikan pada faktor status pernikahan sedangkan tidak terdapat perbedaan signifikan pada faktor usia. Perawat wanita yang belum menikah memiliki *work-life balance* yang tinggi dibandingkan dengan perawat wanita yang sudah menikah.

5.2 Saran

Peneliti mengajukan beberapa saran yang terkait dengan hasil penelitian dan keterbatasan yang ada dalam penelitian ini.

5.2.1 Saran Metodologis

Pada penelitian ini, terdapat kekurangan-kekurangan baik dalam hal metode penelitian ataupun penyajian informasi. Oleh karena itu kekurangan tersebut perlu diperhatikan sebagai upaya untuk memperbaiki dan menyempurnakan penelitian-penelitian yang akan dilakukan selanjutnya. Dalam sub-bab terakhir ini, peneliti mengajukan beberapa saran untuk penelitian selanjutnya terkait dengan hasil penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, maka peneliti mengajukan beberapa saran metodologis untuk penelitian selanjutnya, yaitu :

1. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian kembali dengan menambahkan variabel dan faktor demografi lain sehingga akan menggambarkan dan menggali informasi faktor apa yang dapat menyebabkan *work-life balance* tinggi yang dimiliki perawat wanita IRNA Non Bedah Penyakit Dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang saat ini, seperti *work load*, *work support*, *work engagement*, atau *work envoriment*.
2. Penelitian selanjutnya dapat menambahkan kuisisioner terbuka yang dapat dilampirkan juga dengan skala penelitian saat pengambilan data guna sebagai bahan tambahan yang dapat mendukung hasil penelitian selanjutnya.

3. Pada peneliti selanjutnya diharapkan dapat mempertimbangkan lebih matang lagi penentuan penggunaan skala sesuai dengan kebutuhan penelitian.

5.2.2 Saran Praktis

Berdasarkan penelitian ini, maka peneliti mengajukan saran praktis yang peneliti ajukan untuk meningkatkan *work-life balance* perawat wanita IRNA Non Bedah Penyakit Dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang, yaitu:

1. Perawat wanita diharapkan untuk dapat tetap mempertahankan *work-life balance* yang tinggi. Dan diharapkan dapat mulai membiasakan meluangkan sedikit waktu setelah bekerja untuk menjadwalkan kegiatan-kegiatan diluar pekerja yang akan dilakukan. Serta perawat juga dapat melakukan hobi yang menyenangkan setelah bekerja, baik sendiri maupun bersama keluarga. Karena dengan menyenangi kehidupan pribadi diluar pekerjaan akan mendorong peningkatan *work-life balance* yang telah dimiliki saat ini pada perawat.
2. Pihak rumah sakit dapat menyebarluaskan informasi terkait pentingnya *work-life balance* agar dapat membantu perawat lebih mengenal dan memahami *work-life balance* serta cara-cara untuk meningkatkan dan mencapainya. Pihak rumah sakit juga dapat merancang kegiatan *family-gathering* tahunan rutin. Hal ini dapat membantu terkhususnya perawat dan keluarga perawat untuk merasa puas dan bahagia dengan organisasi yang juga dapat membantu peningkatan *work-life balance* pada diri perawat.