

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa hipotesis yang telah diajukan diterima. Hal ini dapat dilihat pada hasil uji hipotesis dengan analisis korelasi *product moment* diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,395 dan $p = 0,009$ ($p < 0,01$), berarti ada korelasi positif atau hubungan positif yang signifikan antara variabel kecerdasan emosi dan *work life balance* pada guru wanita sekolah dasar kecamatan x di kota Yogyakarta. Hal ini menggambarkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi *work life balance* pada guru wanita sekolah dasar kecamatan x di kota Yogyakarta. Begitu juga sebaliknya apabila kecerdasan emosi rendah maka *work life balance* juga akan rendah. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa 0,156 yang berarti 15,6% *work life balance* pada guru wanita sekolah dasar kecamatan x di kota Yogyakarta yang dipengaruhi oleh kecerdasan emosi. Hal tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan emosi memberikan pengaruh terhadap *work life balance* sebesar 15,6% sedangkan sisanya sebesar 84,4% dipengaruhi oleh variabel lain .

B. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari hasil penelitian ini tidak sempurna dan memiliki keterbatasan-keterbatasan yang mungkin akan mempengaruhi hasil yang diinginkan. Oleh karena itu keterbatasan ini diharapkan lebih diperhatikan untuk penelitian yang akan datang. Beberapa keterbatasan dalam penelitian ini adalah :

1. Dalam penelitian ini telah menggunakan satu variabel independen yaitu, Kecerdasan Emosi dan variabel dependen *Work Life Balance*. Peneliti berharap selanjutnya mampu menggunakan variabel-variabel lain. Sehingga dapat menemukan penelitian terbaru yang lebih detail dan kreatif yang dapat dikembangkan lagi dan dapat mencari variabel lain yang berpengaruh terhadap *Work Life Balance*.
2. Dalam penelitian ini hanya meneliti beberapa guru wanita sekolah dasar yang berada di kecamatan x yaitu khususnya pada kecamatan Wirobrajan, Ngampilan dan Tegalrejo. Jadi untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat meneliti dengan lingkup yang lebih luas.
3. Dalam penelitian ini memiliki kelemahan yaitu tidak dilaksanakannya uji coba atau *try out* pada skala, sehingga skala langsung digunakan dalam penelitian, hal tersebut dikarenakan beberapa keadaan yang takterduga yaitu mengingat adanya pandemi COVID-19 membuat pemerintah mengeluarkan kebijakan yaitu merubah sistem akademik di tanah air melalui daring sehingga pihak sekolah atau tempat penelitian tidak mengizinkan adanya kegiatan dari luar baik dilaksanakan secara langsung maupun tidak langsung, sehingga membuat peneliti kesulitan dalam mendapatkan data.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka peneliti mengajukan beberapa saran berikut:

1. Bagi guru wanita sekolah dasar

Bagi guru wanita sekolah dasar, penelitian ini dapat menjadi bahan masukan tentang *work life balance* yaitu tentang hal-hal yang berhubungan dengan peran dalam kehidupan di lingkup pekerjaan dan diluar pekerjaan sehingga dapat menjadikan kualitas hidup yang lebih baik, menurunkan tingkat kesetresan, dan keseimbangan kehidupan dapat tertata dengan baik pula.

2. Bagi sekolah

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapa hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan *work life balance*. Pada sekolahan yang menuntut para guru wanita sekolah dasar memiliki *work life balance* yang tinggi disarankan sekolah lebih mempertahankan dan meningkatkan kecerdasan emosi dengan cara dari tiap individu ditingkatkan dalam hal mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, membina hubungan dikarenakan hal tersebut dapat membuat para guru wanita sekolah dasar memiliki *work life balance*.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Sumbangan kecerdasan emosi terhadap *work life balance* pada guru wanita sekolah dasar sebesar 39,5 % sehingga masih banyak faktor lain yang dianggap dapat mempengaruhi *work life balance*, seperti faktor individu yang

meliputi kepribadian, *psychological well being* kemudian faktor dari organisasi dukungan atasan, organisasi, dan rekan kerja, dan juga faktor dari lingkungan sosial yaitu dukungan keluarga serta pengasuhan perawatan anak. Jadi sebaiknya untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk dapat menambah faktor lain dalam penelitiannya dan dapat mempertimbangkan perbedaan *work life balance* ditinjau dari jenis kelamin. Selanjutnya pada sesi *assesment* awal yang dilakukan harus ditempat yang kondusif dan nyaman bagi *interviewer* dan *interviewee* agar dapat berkonsentrasi dengan baik.