

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sesuai dengan rumusan dan tujuan penelitian ini, yaitu bahwa terdapat hubungan yang positif antara variabel beban kerja dan stres kerja pada pegawai non-medis rumah sakit. Hal tersebut ditunjukkan dengan nilai signifikansi (r_{xy}) sebesar 0,494 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$) artinya bahwa semakin tinggi beban kerja yang dimiliki pegawai maka stres kerja yang dialami cenderung tinggi, sebaliknya semakin rendah beban kerja pada pegawai maka stres kerja yang dialami cenderung rendah. Pada hasil perhitungan diperoleh nilai determinasi (R Squared) sebesar 0,244 yang berarti bahwa variabel beban kerja dapat mempengaruhi variabel stres kerja sebesar 24,4% dan sisanya 75,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

B. Saran

Saran yang dapat diajukan berdasarkan hasil penelitian ini adalah :

1. Bagi subjek penelitian

Adanya penelitian ini diharapkan dapat membuat pegawai lebih sadar akan kesehatan fisik maupun psikologis yang berkaitan dengan stres dalam bekerja. Pegawai perlu melatih manajemen stres sebagai usaha untuk memecahkan kebiasaan stres sehingga kinerja dan kualitas hidup dapat menjadi lebih baik.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, apabila tertarik untuk melakukan penelitian mengenai beban kerja dan stres kerja, diharapkan dapat menggali lebih dalam mengenai teori serta faktor lainnya. Peneliti selanjutnya juga disarankan lebih memperhatikan faktor lain yang dapat mempengaruhi stres kerja. Hal ini dikarenakan sumbangan efektif beban kerja terhadap stres kerja sebesar 24,4%, sehingga terdapat faktor-faktor lain yang dianggap dapat mempengaruhi stres kerja pada pegawai.

3. Bagi lembaga RSUD Sultan Imanudin

Melalui penelitian ini, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar dalam melakukan intervensi untuk menangani permasalahan stress kerja pada pegawai non-medis di RSUD Sultan Imanudin.