

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara konflik pekerjaan-keluarga dengan stres kerja pada karyawan bagian produksi. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi konflik pekerjaan-keluarga maka semakin tinggi stres kerja, begitupun sebaliknya semakin rendah konflik pekerjaan-keluarga maka semakin rendah stres kerja. Karyawan yang mengalami konflik pekerjaan-keluarga ditunjukkan dengan sulit membagi waktu untuk berkumpul dengan keluarga dikarenakan banyak pekerjaan yang harus diselesaikan. Karyawan merasa kurang dapat berkonsentrasi mengurus keluarga karena memikirkan tanggung jawab dalam pekerjaan seperti memproduksi kain tekstil. Selain itu, karyawan kesulitan untuk menerapkan aturan di rumah yang didapatkan dari tempat kerja. Tuntutan yang ada membuat karyawan kesulitan dalam mengatur peran maka perubahan yang dialami pada karyawan ketika bekerja seperti adanya tekanan, kecemasan, dan perubahan perilaku sehingga hal ini dapat menimbulkan stres kerja pada karyawan yang bekerja bagian produksi.

Berdasarkan hasil kategorisasi menunjukkan bahwa karyawan yang bekerja bagian produksi memiliki tingkat konflik pekerjaan-keluarga dan stres kerja yang sedang. Hasil penelitian ini menunjukkan

bahwa konflik pekerjaan-keluarga memiliki kontribusi sebesar 13,6% terhadap stres kerja dan sisanya 86,4% dipengaruhi oleh faktor lain.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut :

1. Bagi subjek Penelitian

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, karyawan bagian produksi yang memiliki konflik pekerjaan-keluarga yang sedang agar dapat memiliki manajemen waktu ketika konflik antara pekerjaan dan keluarga tidak seimbang sehingga, tidak mudah untuk terjadinya stres kerja pada karyawan bagian produksi.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, peneliti menyarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi stres kerja misalnya, faktor pengembangan karir, iklim organisasi, peran individu dalam organisasi, hubungan dalam pekerjaan dan tuntutan fisik maupun tuntutan tugas. Selain itu, pada peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat lebih teliti dalam pemilihan subjek berdasarkan karakteristik jenis kelamin maupun jenis pekerjaan, dan terlebih lagi pada teknik pengukuran skala penelitian sehingga, dapat berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya.

3. Bagi Perusahaan

Perusahaan dalam hal ini pimpinan dari perusahaan tersebut diharapkan dapat memberikan perhatian terhadap karyawan terutama pada pekerja wanita baik secara fisik maupun fisik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa karyawati yang bekerja bagian produksi memiliki tingkat stres dan konflik pekerjaan-keluarga yang sedang. Berdasarkan hal tersebut, perusahaan diharapkan dapat melakukan upaya untuk menanggulangi stres kerja pada karyawati bagian produksi dengan cara pelatihan atau workshop mengenai stres pada wanita dan diharapkan perusahaan lebih dapat memahami peran dari wanita yang bekerja, sehingga tidak terjadi konflik di antara pekerjaan dan keluarga.