

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara beban kerja dan stres kerja dengan *Quality of Nursing Work Life* (QNWL) perawat di Puskesmas Tanjungsari. Berdasarkan hasil analisis data, ditemukan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel-variabel tersebut.

Hal ini berarti bahwa peningkatan beban kerja dan tingkat stres kerja pada perawat di Puskesmas Tanjungsari tidak secara langsung mengakibatkan penurunan *quality of nursing work life* atau kualitas hidup kerja mereka. Temuan ini cukup menarik, mengingat banyak studi sebelumnya yang mengungkapkan adanya hubungan positif antara beban kerja dan stres dengan *Quality Of Nursing Work Life* (QNWL).

Quality of Nursing Work Life (QNWL) mungkin lebih dipengaruhi oleh elemen-elemen tertentu yang tidak dibahas dalam penelitian ini, seperti dukungan sosial dari rekan kerja, kepemimpinan yang baik, atau otonomi dalam pekerjaan dapat menjadi faktor yang lebih penting dalam meningkatkan *Quality of Nursing Work Life* (QNWL).

Keterbatasan penelitian ini perlu diperhatikan yaitu sampel penelitian yang terbatas dapat membatasi generalisasi hasil penelitian. Selain itu, penelitian ini hanya mengukur variabel-variabel tertentu, sehingga kemungkinan ada variabel lain yang juga mempengaruhi *Quality of Nursing Work Life* (QNWL) namun tidak diukur dalam penelitian ini.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti ingin mengajukan beberapa saran berikut:

1. Bagi instansi terkait

Bagi manajemen puskesmas dapat melakukan evaluasi mengenai beban kerja dan stres kerja yang dirasakan oleh perawat sehingga mampu meningkatkan *quality of nursing work life* perawat yang dapat memengaruhi peningkatan mutu layanan keperawatan di Puskesmas Tanjungsari.

2. Bagi akademik

Penelitian ini dimanfaatkan sebagai acuan dan digunakan oleh mahasiswa untuk memperluas wawasan di bidang manajemen keperawatan yaitu mengenai hubungan beban kerja dan stres kerja perawat dengan *quality of nursing work life*.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti bisa meneliti lebih jauh mengenai topik serupa dengan menambah sampel yang lebih banyak dan penelitian lebih lanjut dengan melibatkan variabel moderasi seperti dukungan sosial untuk memahami mekanisme yang mendasari hubungan antara beban kerja, stres, dan QNWL.