

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

1. Tipe *work-life balance* yang terbanyak pada bidan yang sudah menikah di Rumah Sakit Tk II 03.05.01 Dustira di Kota Cimahi adalah tipe *harmful balance*. Artinya, sebagian besar bidan memiliki pengalaman positif yang rendah dan konflik antar peran yang tinggi baik di dalam kehidupan pekerjaan maupun kehidupan keluarga.
2. Bidan yang memiliki usia 20 sampai 34 tahun lebih banyak yang memiliki tipe *harmful balance* dibandingkan dengan bidan yang berusia 35 sampai 65 tahun. Hal ini berkaitan dengan pada masa dewasa awal, bidan memiliki lebih banyak tenaga untuk melakukan lebih banyak aktivitas baik di dalam pekerjaan maupun di dalam keluarga.
3. Bidan yang memiliki jumlah penghasilan kurang dari 5 juta per bulan lebih banyak yang memiliki tipe *harmful balance* dibandingkan dengan bidan yang memiliki penghasilan 6 sampai 10 juta per bulan. Hal ini berkaitan dengan banyaknya kebutuhan yang harus dipenuhi oleh bidan baik di dalam pekerjaan maupun di dalam keluarga.
4. Bidan yang bekerja kurang dari 5 tahun lebih banyak yang memiliki tipe *passive balance* dibandingkan dengan bidan yang bekerja lebih dari 5 tahun.

Hal ini berkaitan dengan kurangnya pengalaman bidan baik di dalam pekerjaan maupun kehidupan berkeluarga.

5. Bidan yang memiliki jumlah tanggungan lebih dari 4 orang memiliki tipe *harmful balance* dibandingkan dengan bidan yang memiliki jumlah tanggungan kurang dari 4 orang. Hal ini berkaitan dengan semakin banyak jumlah tanggungan yang dimiliki oleh bidan akan berdampak pada semakin tinggi pula *conflict* yang dimiliki oleh bidan dibandingkan dengan pengalaman *enrichment*.
6. Bidan yang memilih bekerja untuk mencari nafkah dan mengembangkan dirinya lebih banyak yang memiliki tipe *harmful balance* dibandingkan dengan bidan yang hanya bekerja untuk mengembangkan dirinya. Hal ini berkaitan dengan *conflict* yang dihayati oleh bidan akan semakin banyak dibandingkan dengan pengalaman *enrichment* sejalan dengan alasan tersebut sebagai hal penting yang harus dicapai.

5.2. Saran

5.2.1. Saran Teoritis

1. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian dengan melihat pengaruh antara data demografis seperti usia, jumlah penghasilan per bulan, masa kerja, alasan bekerja, dan jumlah tanggungan dengan tipe *work-life balance* agar hasil penelitian dapat lebih beragam dalam

menggambarkan perbedaan tipe *work-life balance*.

2. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian untuk melihat pengaruh antara data demografis dengan tipe *work-life balance* secara mendalam agar dapat menjadi acuan untuk menentukan faktor-faktor dari *work-life balance*.

5.2.2. Saran Praktis

1. Bagi pihak Rumah Sakit Tk II 03.05.01 Dustira, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk dapat menyelenggarakan konseling dan pelatihan *stress management* bagi para bidan, untuk menurunkan *conflict* dan meningkatkan kinerja agar dapat memertahankan dan meningkatkan kesejahteraan hidup. Pihak Rumah Sakit juga dapat menambahkan fasilitas *daycare* (penitipan anak) bagi para pegawai khususnya bidan di sekitar area rumah sakit, sehingga akan meningkatkan fokus kerja dan kinerja pegawai.
2. Bagi pihak bidan yang membutuhkan, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam memperbaiki kehidupan pekerjaan dan keluarga ke arah yang lebih baik. Salah satu cara yang dapat dilakukan oleh bidan adalah dengan mengikuti pelatihan *stress management* atau konseling untuk mengurangi kemungkinan terjadinya *conflict* yang dialami dan meningkatkan kinerja.