

BAB V. SIMPULAN DAN IMPLIKASI

A. Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Regulasi Emosi tidak berpengaruh secara signifikan terhadap Kualitas Hidup Kerja yang dilakukan terhadap karyawan dalam hal ini merupakan pengajar di SMP Al Irsyad Al Islamiyyah dan SMA IT Al Irsyad Al Islamiyyah Purwokerto. Berdasarkan hasil yang diperoleh menyimpulkan bahwa semakin karyawan mampu meregulasi emosinya, ternyata tidak terjadi peningkatan atau pengaruh yang signifikan pada Kualitas Hidup Kerja karyawan.
2. Stres Kerja berpengaruh signifikan terhadap Kualitas Hidup Kerja yang dilakukan terhadap karyawan dalam hal ini merupakan pengajar di SMP Al Irsyad Al Islamiyyah dan SMA IT Al Irsyad Al Islamiyyah Purwokerto. Semakin tinggi stress kerja yang muncul, maka terjadi peningkatan atau pengaruh yang signifikan pada Kualitas Hidup Kerja karyawan.
3. Etika Kerja Islam mampu memoderasi hubungan diantara Regulasi Emosi terhadap Kualitas Hidup Kerja. Hal ini menunjukkan penerapan Etika Kerja Islam di lingkungan kerja dapat memperkuat hubungan pada kemampuan regulasi emosi karyawan yang akan berpengaruh pada Kualitas Hidup Kerja di SMP Al Irsyad Al Islamiyyah dan SMA IT Al Irsyad Al Islamiyyah Purwokerto.

4. Etika Kerja Islam tidak dapat memperkuat atau memperlemah hubungan stress kerja terhadap Kualitas Hidup Kerja karyawan di di SMP Al Irsyad Al Islamiyyah dan SMA IT Al Irsyad Al Islamiyyah Purwokerto. Penerapan Etika Kerja Islam di kedua sekolah tersebut sudah menjadi kewajiban yang harus dilakukan, sehingga tidak berdampak apa-apa terhadap Stres Kerja yang dialami karyawan.

B. Implikasi

Penelitian dapat diimplikasikan ke dalam aspek-aspek berikut untuk dijadikan masukan dan pertimbangan bagi pihak yang berkepentingan.

1. Implikasi Manajerial

- a. Untuk meningkatkan kualitas hidup kerja karyawan, maka hendaknya memberikan dukungan serta perhatian terutama dari sisi psikologis kepada para pengajar guna meningkatkan rasa semangat bekerja dan menjaga hubungan yang baik dan harmonis.
- b. Para pemangku kepentingan juga diharapkan dapat membangun hubungan komunikasi yang lebih baik dengan para bawahan seperti halnya menerapkan senyum, sapa, dan salam. Hal ini dijelaskan nilai item pernyataan yang terendah pada variabel Kualitas Hidup Kerja.
- c. Para atasan juga diharapkan memberikan waktu istirahat yang cukup agar pengajar tidak terlalu merasa tegang ketika menjalankan tugas-tugas yang diberikan. Hal ini dijelaskan oleh nilai item pernyataan yang tertinggi pada variabel Stres Kerja.

- d. Para karyawan hendaknya memperkuat strategi penerapan regulasi emosi dengan belajar mengelola berbagai emosi yang dirasakan. Hal ini dijelaskan oleh item terendah pada variabel Regulasi Emosi.
- e. Dalam penelitian ini, variabel moderasi yaitu etika kerja islam secara quasi dapat memoderasi dengan memperkuat hubungan antara regulasi emosi dengan kualitas hidup kerja. Etika kerja islam memiliki nilai serta prinsip kerja berdasar pada Al-Qur'an dan Sunnah, seperti pekerjaan yang baik dapat membawa kebermanfaatn bukan hanya bagi diri sendiri, tetapi juga bagi orang lain. Item ini memiliki nilai tertinggi dan paling berpengaruh, sehingga praktik etika kerja islam di kedua sekolah perlu dipertahankan dan ditingkatkan penerapannya.

2. Implikasi Teoritis

Hasil penelitian dengan judul “Pengaruh Regulasi Emosi dan Stres Kerja terhadap Kualitas Hidup Kerja yang dimoderasi oleh Etika Kerja Islam” ini diharapkan dapat menjadi sumber acuan dan referensi bagi penelitian mendatang dengan menambahkan variabel independen lain yang dapat memengaruhi Kualitas Hidup Kerja seperti Etika Kerja Islam, Keterlibatan Kerja, dan Produktivitas Kerja.

3. Keterbatasan penelitian

Terbatasnya bahan referensi atau jurnal terkait yang benar-benar menggunakan variabel serupa, karena variabel yang dipilih yaitu regulasi emosi merupakan variabel yang masih jarang diangkat dalam

penelitian yang berhubungan dengan kualitas hidup kerja. Selanjutnya, pada proses pengumpulan data, terdapat 6 responden yang tidak mengisi kuesioner. Karena mobilitas pengajar di kedua sekolah cukup tinggi, sehingga memerlukan waktu yang lebih lama untuk mendapatkan kuesioner lengkap. Selain itu, sebagian besar responden didominasi perempuan sehingga pada penelitian berikutnya diharapkan dapat memberikan proporsi sudut pandang yang lebih besar pada responden laki-laki.

