

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa penelitian, perhitungan, dan pembahasan pada variabel pengaturan kerja fleksibel, kesejahteraan psikologis, dan keseimbangan kehidupan kerja. Maka dapat ditarik kesimpulan sebagaimana berikut:

1. Tingkat keseimbangan kehidupan kerja pada karyawan Youth Ranger Indonesia sebagian besar berada pada kategori sedang sebanyak 56% atau setara dengan 58 subjek. Tingkat pengaturan kerja fleksibel pada karyawan Youth Ranger Indonesia sebagian besar berada pada kategori tinggi sebanyak 92% atau setara dengan 95 subjek. Tingkat kesejahteraan psikologis pada karyawan Youth Ranger Indonesia sebagian besar berada pada kategori sedang sebanyak 60% atau setara dengan 62 subjek.
2. Hasil uji korelasi *Rank Spearman's Rho* yang telah dilakukan pada variabel pengaturan kerja fleksibel dengan variabel keseimbangan kehidupan kerja dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara pengaturan kerja fleksibel dengan keseimbangan kehidupan kerja.
3. Hasil uji korelasi *Rank Spearman's Rho* yang telah dilakukan pada variabel kesejahteraan psikologis dengan variabel keseimbangan kehidupan kerja dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang rendah dan signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan keseimbangan kehidupan kerja.
4. Berdasarkan hasil uji regresi linear berganda didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pengaturan kerja fleksibel dan kesejahteraan psikologis terhadap keseimbangan kehidupan kerja. Dengan nilai koefisien determinasi (R^2) adalah 0,502 yang

menjelaskan bahwa pengaturan kerja fleksibel dan kesejahteraan psikologis bersama-sama menyumbang 50,2% terhadap keseimbangan kehidupan kerja, sedangkan 49,8% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

B. Saran

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini memiliki banyak kelemahan dan keterbatasan yang perlu dijadikan pembelajaran. Oleh karena itu, berdasarkan temuan penelitian ini, ada beberapa saran yang hendak disampaikan:

1. Untuk perusahaan

Diharapkan agar meningkatkan pengaturan kerja fleksibel dan kesejahteraan psikologis karyawan dengan memberikan kesempatan kepada karyawan untuk cuti, memberikan waktu istirahat ketika pekerjaan selesai, dan juga bisa mendengarkan setiap keluhan dan masukan dari karyawan mengenai pekerjaan dan bisa memberikan apresiasi ketika karyawan berhasil menyelesaikan pekerjaannya dengan baik.

2. Bagi karyawan

Disarankan untuk karyawan untuk bisa berkomunikasi dengan baik kepada atasan dan rekan kerja mengenai pekerjaan ataupun permasalahan pribadi dan menjaga keseimbangan kerja dan kehidupan pribadi.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan untuk bisa membuat instrumen lebih baik lagi dan sesuaikan dengan permasalahan di tempat penelitian, menambah jumlah responden agar bisa mendapatkan hasil yang lebih baik dan jelas, dan juga lebih mendalami variabel-variabel yang akan diteliti.