BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil analisis yang telah dilakukan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Efikasi diri, Keseimbangan kehidupan kerja, *Burnout* dan Kinerja Karyawan di PT. Arrnic Setia Jaya Bandung yang didapat adalah sebagai berikut:

a. Efikasi diri terdiri atas empat indikator yaitu pengalaman akan kesuksesan, pengalaman individu lain, persuasi verbal, keadaan fisiologis. Efikasi diri di PT Arrnic Setia Jaya Bandung secara keseluruhan dalam kategori cukup baik. Tingkat keyakinan akan kemampuan tujuan berkaitan dengan indikator keadaan fisiologis berada pada kategori kurang baik.

b. Keseimbangan kehidupan kerja diukur dengan tiga indikator yaitu keseimbangan waktu, keseimbangan keterlibatan, keseimbangan kepuasan. Keseimbangan kehidupan kerja di PT. Arrnic Setia Jaya Bandung secara keseluruhan dalam kategori kurang baik. Hal yang paling rendah yaitu Tingkat stress indikator keseimbangan keterlibatan berada dalam kategori cukup baik.

c. *Burnout* diukur dengan empat indikator yaitu Kelelahan fisik, Kelelahan emosional, Kelelahan mental dan Rendahnya penghargaan

diri. *Burnout* Karyawan di Arrnic Setia Jaya Bandung secara keseluruhan berada dalam kategori sedang. Hal yang masih rendah yaitu Tingkat tidak pernah puas dengan hasil kerja indikator Rendahnya penghargaan diri berada pada kategori baik.

d. Kinerja Karyawan diukur dengan tiga indikator yaitu Kualitas, Waktu (jangka waktu),Pengawasan, hubungan antar karyawan. Kinerja Karyawan di PT. Arrnic Setia Jaya Bandung secara keseluruhan tinggi, meskipun ada beberapa hal yang masih rendah yaitu berkaitan dengan indikator waktu dan pengawasan, yaitu Tingkat kecepatan individu dan Tingkat anggaran yang telah ditentukan organisasi kategori cukup.

2. Efikasi diri memberikan pengaruh positif dan cukup besar terhadap Kinerja Karyawan pada PT Arrnic Setia Jaya Bandung. Semakin tinggi Efikasi diri akan meningkatkan Kinerja Karyawan.
3. Keseimbangan kehidupan kerja memberikan pengaruh positif terhadap Kinerja Karyawan pada PT Arrnic Setia Jaya Bandung. Semakin tinggi keseimbangan kehidupan kerja akan meningkatkan Kinerja Karyawan.
4. *Burnout* memberikan pengaruh negatif terhadap Kinerja Karyawan pada PT Arrnic Setia Jaya Bandung. Semakin tinggi *Burnout* akan menurunkan Kinerja Karyawan.
5. Efikasi Diri dan Keseimbangan Kehidupan kerja memberikan pengaruh terhadap Kinerja Karyawan di PT. Arrnic Setia Jaya.

6. Keseimbangan kehidupan kerja dan *Burnout* memberikan pengaruh terhadap Kinerja Karyawan di PT. Arrnic Setia Jaya Bandung.

5.2 Saran

Setelah penulis memberikan kesimpulan dari hasil penelitian tentang efikasi diri, keseimbangan kehidupan kerja, dan *burnout* pengaruhnya terhadap kinerja karyawan (studi pada PT. Arrnic Setia Jaya Bandung), maka penulis akan memberikan saran baik (1) Saran Akademis dan (2) Saran Praktis. Adapun saran dari hasil penelitian ini, diantaranya:

5.2.1 Saran Akademis

Beberapa saran untuk pengembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu manajemen melalui penelitian lebih lanjut sebagai berikut:

a. Pengaruh efikasi diri, keseimbangan kehidupan kerja dan *burnout* terhadap kinerja karyawan menjadi isu pada penelitian ini. Penelitan lanjutan yang melibatkan perusahaan dalam bidang lainnya perlu mendapatkan perhatian.
b. Indikator-indikator pada variabel efikasi diri, keseimbangan kehidupan kerja, *burnout*, dan kinerja karyawan, masih perlu dikaji/dianalisis pada penelitian selanjutnya secara akademis dan dikaji lebih lanjut secara praktis.

5.2.2 Saran Praktis

Saran yang dapat disampaikan penulis kepada Arrnic Setia Jaya

Bandung sebagai berikut :

a. Tingkat keyakinan akan kemampuan mencapai tujuan.. Berkaitan dengan indikator keadaan fisiologis terhadap diri sendiri di antara hal lain dari setiap indikator efikasi diri. Untuk meningkatkan rasa kepercayaa karyawan terhadap rekan kerjanya berkaitan dengan kinerja, dapat dilakukan oleh pihak perusahaan dengan memberikan dorongan terhadap karyawan untuk selalu memperkaya diri dengan ilmu pengetahuan, dan memberikan pengalaman dalam dunia pekerjaan. Kemudian dapat pula dilakukan melalui diadakannya perjalanan wisata oleh perusahaan. Hal- hal tersebut dibutuhkan agar karyawan lebih mudah melebur dalam organisasi, sekaligus meningkatkan kepercayaan dengan sesama rekan kerja.
b. Berdasarkan hasil penelitian, salah satu hal yang memiliki skor terendah di antara hal lain dari setiap indikator Keseimbangam kehidupan kerja yaitu Tingkat stress untuk melepaskan diri dari jenuh kerja berkaitan dengan indikator keseimbangan keterlibatan. Hal tersebut ditandai dengan terdapatnya beberapa kesalahan yang dilakukan oleh karyawan, hal ini dikarenakan tingginya stress karyawan ketika bekerja. Adapun hal yang disarankan oleh peneliti yaitu pihak perusahaan perlu membangun kepercayaan karyawan terhadap perusahaan, dan adanya penghargaan yang diberikan untuk karyawan, hal-hal tersebut perlu dilakukan agar karyawan memiliki rasa kepercayaan yang lebih tinggi terhadap perusahaan yang akan

menunjang kehidupan di masa depannya dan akan mengutamakan pekerjaannya.

c. Tingkat tidak pernah puas dengan hasil kerja indikator Rendahnya penghargaan diri memiliki skor terendah di antara hal lain dari setiap indikator *Burnout*. Untuk meningkatkan motivasi karyawan dalam bekerja dapat dilakukan oleh pihak perusahaan seperti diberikannya dukungan maupun motivasi langsung kepada karyawan, lebih mengenal karyawan agar manajer dapat mengatasi masalah- masalah yang dialami oleh karyawan dan memberikan jalan keluarnya. Hal-hal tersebut perlu dilakukan oleh pihak perusahaan agar karyawan lebih termotivasi dalam bekerja.

d. Salah satu hal yang memiliki skor terendah di antara hal lain dari setiap indikator Kinerja Karyawan yaitu Tingkat kecepatan individu dan Tingkat anggaran yang telah ditentukan organisasi indikator waktu dan pengawasan. Untuk mengingkatkan waktu dan pengawasann kerja dapat dilakukan dengan diadakannya evaluasi terhadap kinerja para karyawan yang dilakukan secara berkala, sehingga karyawan akan termotivasi untuk meningkatkan pekerjaannya agar lebih memaksimalkan waktu serta pengawasan pekerjaanpun akan meningkat.