

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang positif antara dukungan sosial keluarga dengan *work-life balance* pada karyawan wanita yang sudah menikah sebesar (r_{xy}) 0,633 ($p < 0,000$). Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini diterima. Tingkat hubungan dari hasil tersebut termasuk dalam kategori besar atau kuat. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial keluarga yang dimiliki oleh karyawan wanita yang sudah menikah, maka *work-life balance* yang dimiliki karyawan wanita yang sudah menikah cenderung tinggi. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial keluarga yang dimiliki oleh karyawan wanita yang sudah menikah, maka *work-life balance* yang dimiliki karyawan wanita yang sudah menikah cenderung rendah.

Kontribusi dukungan sosial keluarga terhadap *work-life balance* pada karyawan wanita yang sudah menikah memiliki sumbangan efektif sebesar 40,1% terhadap *work-life balance*, dengan demikian 59,9% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti. Dari hasil analisis tambahan, terdapat perbedaan *work-life balance* yang signifikan berdasarkan pengasuhan anak saat orangtua bekerja pada karyawan wanita yang sudah menikah, yaitu $F = 2,558$ dengan $p = 0,028$ ($p < 0,050$).

B. Saran

Berdasarkan pembahasan dan hasil penelitian yang telah dipaparkan, beberapa saran yang diberikan peneliti diantaranya:

1. Bagi Instansi Kerja atau Kantor

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial keluarga dengan *work-life balance* pada karyawan wanita yang sudah menikah serta tingkat *work-life balance* pada karyawan wanita yang sudah menikah pada penelitian ini termasuk dalam kategori sedang. Oleh karena itu, lingkungan sosial khususnya instansi kerja atau kantor diharapkan dapat membantu responden untuk mempertahankan *work-life balance* yang telah dicapai dengan cara tetap menjalin relasi dan komunikasi yang baik dalam lingkup instansi kerja atau kantor. Agar hal tersebut dapat membantu karyawan wanita yang sudah menikah dalam mengatasi tekanan-tekanan yang mungkin muncul akibat adanya berbagai tuntutan peran yang ada, sehingga semakin mendukung tercapainya *work-life balance*. Apabila kondisi tersebut tercapai, maka kinerja serta produktivitas karyawan pun akan semakin meningkat.

2. Bagi Subjek Penelitian atau Karyawan Wanita yang Sudah Menikah

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, saran bagi karyawan wanita yang sudah menikah atau subjek penelitian diharapkan untuk dapat menumbuhkan perasaan yang nyaman saat berada di lingkungan pekerjaan maupun di luar pekerjaan. Serta, diharapkan mampu mempertahankan dan meningkatkan

hubungan sosial yang baik dengan lingkungan sosial disekitar. Hal tersebut penting untuk dimiliki agar tidak menurunkan keseimbangan kerja serta dukungan sosial yang berada di sekitar baik itu dalam pekerjaan maupun di luar pekerjaan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian dengan topik serupa diharapkan dapat memperluas lingkup penelitian, sehingga dapat menambah variasi data responden. Selain itu, penelitian ini dilakukan pada saat kondisi yang terbatas karena tidak bisa melakukan penelitian ke lapangan langsung sehingga untuk mendapatkan subjek cenderung sulit. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dengan kondisi yang lebih baik diharapkan untuk dapat memperbanyak jumlah subjek dengan berbagai variasi data responden agar data bisa berdistribusi normal. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk lebih mencermati mengenai faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *work-life balance* seperti faktor individu, faktor organisasi dan faktor lain-lainnya yang berpengaruh lebih besar terhadap *work-life balance*.