

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *grit* dengan *burnout* pada karyawan rumah makan X Surakarta yang dilihat dari koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = -0.752 dengan  $p = 0.000$ . Hal ini juga menunjukkan tingkat hubungan yang kuat antara variabel *grit* dengan *Burnout*, sehingga semakin kuat tingkat hubungan antara variabel bebas dengan terikat menandakan bahwa variabel bebas mampu memberikan pengaruh yang besar terhadap tingkat korelasi dengan variabel terikat. Selanjutnya, semakin tinggi *grit* menjadikan karyawan memiliki minat yang mendalam terhadap pekerjaan dan mampu mengatasi setiap hambatan yang terjadi, sehingga kemampuan tersebut dapat menurunkan tingkat *burnout* dengan tetap semangat, antusias, dan berdedikasi agar mencapai hasil yang maksimal. Sebaliknya, apabila *grit* rendah dapat menurunkan kesungguhan karyawan untuk menjalani pekerjaan dan rentan terhadap tekanan ketika dihadapkan masalah, sehingga tekanan yang dialami dapat menimbulkan terjadinya *burnout* yang membuat karyawan mudah letih saat bekerja dan performa kerja semakin menurun.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut :

1. Bagi subjek

Bagi subjek, agar dapat menurunkan tingkat *burnout* maka diharapkan menumbuhkan *grit* dalam diri dengan tetap memberikan performa secara konsisten walaupun dihadapkan banyak tugas, mengontrol diri agar tidak mudah meyerah ketika menghadapi hambatan, dan tetap fokus ketika sedang bekerja serta mengabaikan hal yang diluar dari pekerjaan, sehingga hadirnya *grit* diharapkan tingkat *burnout* menjadi rendah agar subjek dapat memberikan hasil yang terbaik.

2. Bagi pihak rumah makan X

Bagi setiap pihak dari rumah makan X yang berwenang dalam menangani SDM, disarankan untuk lebih memperhatikan *grit* yang dimiliki karyawannya yaitu dengan memberikan kapasitas tugas yang sesuai beban kerja karyawan sebagai langkah agar karyawan tetap fokus serta memiliki minat mendalam untuk menjalani pekerjaan, dan sebaiknya atasan lebih memperhatikan karyawan agar tidak mudah menyerah saat dihadapkan kesulitan dengan membantu hambatan yang dialaminya. *Grit* yang ditanamkan tersebut dapat menurunkan *burnout* yang dapat meningkatkan kualitas kerjanya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti faktor kurangnya dukungan sosial dari atasan, tuntutan pekerjaan, dan imbalan yang diberikan tidak mencukupi. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat meneruskan penelitian ini dengan menggunakan metode eksperimen sebagai langkah untuk menurunkan tingkat *burnot* karyawan.

Kendala dalam penelitian ini yaituyaitu peneliti tidak diperbolehkan menyebarkan kepada subjek secara langsung dan tidak diperbolehkan untuk memiliki

atau diberikan data identitas subjek yang mengisi skala dari pihak rumah makan tersebut. Keadaan ini membuat peneliti menggunakan kepercayaan kepada HRD selaku pihak yang menyebarkan skala agar mendistribusikan sesuai intruksi dan kriteria tanpa melihat pada data subjek penelitian. Selain itu, peneliti juga tidak diberikan informasi secara jelas tentang penyebaran skala dilakukan dicabang mana saja dan jumlah setiap cabang berapa yang mengisi skala karena dari awal peneliti tidak mengatakannya, sehingga HRD tidak mendatanya. Oleh karena itu untuk peneliti selanjutnya diharapkan memilih tempat penelitian yang dapat memberikan data-data yang sesuai dengan keperluan penelitian dan jika ingin meneliti di berbagai cabang dari tempat penelitian sebaiknya sebelum menyebarkan skala sebaiknya mengatakan kepada pihak terkait untuk mendata penyebarannya kepada berapa subjek dan di cabang mana saja.