

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang positif dan sangat signifikan antara tipe kepribadian A dengan perilaku *workaholic* pada ekspatriat lokal di Yogyakarta, sehingga hipotesis penelitian diterima. Semakin tinggi skor tipe kepribadian A pada ekspatriat lokal di Yogyakarta maka semakin tinggi skor perilaku *workaholic*-nya, sebaliknya semakin rendah skor tipe kepribadian A, maka semakin rendah juga skor perilaku *workaholic*-nya

Secara umum, tingkat perilaku *workaholic* pada ekspatriat lokal di Yogyakarta berada pada kategori sedang (74,07%) hingga tinggi (22,22%). Kemudian tingkat tipe kepribadian A pada ekspatriat lokal di Yogyakarta berada pada kategori rendah (1,85%) hingga sedang (98,15%). Sementara itu, sumbangan tipe kepribadian A terhadap perilaku *workaholic* adalah sebesar 16,9% yang berarti bahwa ada 83,1% faktor lainnya yang dapat mempengaruhi perilaku *workaholic*..

Hasil analisis tambahan melalui uji *independent samples t-test* pada variabel tipe kepribadian A dan perilaku *workaholic* berdasarkan jenis kelamin subjek, menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara skor setiap variabel pada kelompok subjek laki-laki dan perempuan.

B. Saran

Berdasarkan hasil dan temuan yang dipaparkan sebelumnya, beberapa saran yang dapat peneliti berikan adalah:

1. Bagi Karyawan Khususnya Ekspatriat Lokal di Yogyakarta

Bekerja memang hal yang penting, dan bahkan bisa menjadi sebuah kebutuhan, namun satu hal yang perlu disadari adalah bekerja secara berlebihan bukanlah hal yang baik. Menjadi satu langkah yang baik jika karyawan dapat menghindari perilaku *workaholic*, karena terbukti lebih banyak dampak buruknya yang mengikuti perilaku *workaholic* dibandingkan dengan manfaatnya.

Salah satu hal yang bisa dilakukan untuk menghindarinya adalah dengan membangun hubungan sosial yang baik dengan kolega maupun kerabat dekat. Hal tersebut dapat mereduksi kecenderungan untuk menebar permusuhan (*hostility*) dan juga menciptakan suasana yang kondusif dalam bersosialisasi, agar karyawan memiliki “pelarian” dalam lingkungan sosial dan tidak selalu berorientasi pada pekerjaan, sehingga bisa tercipta *work-life balance*.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Mengacu pada keterbatasan dalam penelitian ini, peneliti menyarankan untuk menyusun skala dengan jumlah aitem yang lebih banyak dari yang digunakan dalam penelitian ini, serta melakukan uji coba skala dengan jumlah sampel yang lebih besar dari yang peneliti lakukan dalam penelitian ini. Terlebih khusus bagi para peneliti selanjutnya yang ingin mengelaborasi

variabel penelitian yang sama, dalam upaya mengantisipasi banyaknya aitem yang gugur serta implikasinya terhadap realibilitas instrumen pengumpulan data.

Peneliti juga menyarankan agar subjek penelitian diperluas bukan hanya pada ekspatriat lokal, melainkan karyawan atau tenaga kerja pada umumnya. Dalam penghimpunan data penelitian, disarankan untuk mengambil sampel yang lebih besar dari penelitian ini, agar layak untuk digeneralisasikan ke seluruh populasi.