

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil analisis korelasi *product moment (pearson correlation)* menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara persepsi terhadap beban kerja dengan *work life balance* pada anggota kompi markas di Batalyon Infanteri Yonif Mekanis Raider 411 Salatiga. Artinya semakin positif persepsi beban kerja maka akan semakin tinggi pula *work life balance* yang dialami oleh anggota kompi markas di Batalyon Infanteri Yonif Mekanis Raider 411 Salatiga. Sebaliknya, apabila semakin negatif persepsi beban kerja maka akan semakin rendah juga *work life balance* yang dialami oleh anggota kompi markas di Batalyon Infanteri Yonif Mekanis Raider 411 Salatiga.

B. Saran

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

1. Bagi Subjek / anggota kompi markas di Batalyon Infanteri Yonif Mekanis Raider 411 Salatiga

Untuk anggota kompi markas di Batalyon Infanteri Yonif Mekanis Raider 411 Salatiga disarankan untuk memperhatikan serta dapat membagi waktunya antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, sehingga dapat mengurangi potensi terjadinya beban kerja. Lalu untuk anggota kompi juga disarankan untuk dapat mengatasi tekanan-tekanan dari peran yang dijalani agar dapat memenuhi tuntutan peran lainnya.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang meneliti tentang variabel *work life balance* agar dapat lebih mengkaji dalam jangkauan dan referensi yang lebih luas. Selain itu untuk peneliti yang ingin melakukan penelitian dengan tema yang sama dapat memilih faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *work life balance*. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi *work life balance* seperti Faktor karakteristik kepribadian, karakteristik keluarga, dan sikap. Saran berikutnya untuk peneliti selanjutnya pada saat pengolahan data lalu apabila terdapat data yang tidak normal maka boleh dilakukan pengeluaran outlier. Selain itu di dalam pelaksanaan penelitian agar dapat memperhatikan waktu pelaksanaan dan situasi lapangan yang tepat dalam menyebarkan skala kepada subjek penelitian, sehingga subjek dapat mengisi skala dengan tenang dan nyaman. Kemudian membuat kesepakatan kepada pihak tempat penelitian bahwa pengambilan data bukan hanya dilakukan sekali saja dan memberikan waktu sesuai kebutuhan peneliti.