

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Menurut temuan penelitian, *work life balance* dengan *burnout* pada mahasiswa yang bekerja *part time* di Yogyakarta berkorelasi negatif. Semakin tinggi *Work life balance* maka akan semakin rendah *Burnout*, begitupun kebalikannya semakin tinggi *burnout* maka semakin rendah *Work life balance*. Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan dari temuan penelitian ini yaitu bahwasannya hipotesis yang dinyatakan peneliti diterima. Terdapat hubungan yang negatif antara *work life balance* dan *burnout* pada mahasiswa yang bekerja *part time* di Yogyakarta.

Hasil kategorisasi pada variabel *work life balance* menunjukkan sebagian besar responden mahasiswa yang bekerja *part time* di Yogyakarta mempunyai tingkat *work life balance* yang tinggi sebesar 61,7% atau sebanyak 111 partisipan dan hasil kategorisasi pada variabel *burnout* menunjukkan bahwa kebanyakan mahasiswa yang bekerja *part time* di Yogyakarta mempunyai tingkat *burnout* yang sedang dengan persentasenya 52,2% atau sebanyak 94 partisipan.

Berdasarkan hasil penelitian ini maka bisa dikatakan bahwa variabel *work life balance* menyumbang efektifitas yaitu 5,1% terhadap *burnout*, dan selebihnya 94,9% disebabkan oleh faktor lain yang tidak dikaji pada penelitian ini. Hasil dari analisis tambahannya mengungkapkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada partisipan laki-laki dan perempuan terhadap variabel *work life balance* dan *burnout*.

B. SARAN

Berdasarkan kesimpulan yang telah di deskripsikan oleh peneliti diatas, bisa diajukan saran, yaitu:

1. Untuk mahasiswa yang bekerja *part time*

Disarankan untuk meningkatkan *work life balance* dengan menerapkan peran ganda yaitu studi kuliah dan kerja paruh waktu, mahasiswa wajib menyelesaikan studinya dan tuntutan kinerja harus dapat dipertanggungjawabkan. Oleh karena itu, untuk mempersiapkan pelaksanaan kegiatan tersebut dibutuhkan kemampuan dan kesadaran untuk memaksimalkan rangkaian kegiatan secara terstruktur, dengan melibatkan aspek-aspek *work life balance* yang ada pada penelitian ini agar tidak mengalami *burnout*

2. Untuk peneliti selanjutnya

Diharapkan agar dapat memperluas populasi serta sampel dalam penelitian ini, kemudian mempertimbangkan aspek *burnout* dan pengaruhnya terhadap mahasiswa yang bekerja *part time*, variabel lain seperti faktor sosial, ekonomi atau lingkungan kerja juga memiliki pengaruh yang signifikan namun tidak di pertimbangkan dalam penelitian ini.