

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dukungan sosial rekan kerja dapat diartikan ketika seseorang merasa telah mendapat pemberian rasa nyaman baik secara fisik maupun psikologis atau didapat dari keluarga atau orang lain kepada seseorang untuk menghadapi masalah. Individu akan mempunyai perasaan aman karena seseorang yang mendapat dukungan akan lebih efektif dalam menghadapi masalah daripada individu yang mendapat penolakan orang lain. *Sales Promotion Girl (SPG) rokok freelance* merupakan salah satu contoh pekerjaan yang berkaitan dan berhubungan langsung dengan khalayak umum. *Sales Promotion Girl (SPG) freelance* bertugas melayani konsumen, kepuasan konsumen menjadi hal yang utama, agar nantinya mereka dapat membeli produk yang mereka tawarkan dan di situlah mereka bisa dianggap berhasil oleh perusahaan yang menggunakan jasa mereka. Dengan adanya tugas dan tanggung jawab yang cukup berat bagi para *Sales Promotion Girl (SPG) rokok freelance*, banyak dari mereka yang mengalami kejenuhan serta kelelahan kerja yang berlebih yang menimbulkan rasa ingin keluar dari pekerjaan mereka atau dengan kata lain mereka mengalami *burnout*. Diharapkan dengan adanya dukungan sosial yang dirasakan dari rekan kerja akan membuat para *Sales Promotion Girl (SPG) rokok freelance* dapat memperkecil atau menetralkan adanya *burnout* yang ada pada SPG rokok *freelance*, perusahaan yang mempekerjakan mereka dapat lebih mengerti akan kemampuan SPG dan lebih memperhatikan tentang kenyamanan bekerja karyawannya, kemudian menerima serta mempertimbangkan pendapat para karyawan

terutama SPG rokok *freelance*, kemudian memperkecil kemungkinan para *Sales Promotion Girl* (SPG) rokok *freelance* memutuskan keluar dari pekerjaan mereka.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang negatif antara dukungan sosial rekan kerja dengan *burnout* pada *Sales Promotion Girl* (SPG) rokok *freelance* di Provinsi DIY. Korelasi negatif tersebut menjelaskan pengertian bahwa apabila dukungan sosial rekan kerja yang diterima atau dirasakan *Sales Promotion Girl* (SPG) rokok *freelance* cenderung tinggi maka, *burnout* yang dirasakan akan cenderung rendah, sebaliknya apabila dukungan sosial yang dirasakan cenderung rendah maka *burnout* yang dirasakan akan cenderung. Berdasarkan hal tersebut, berarti bahwa hipotesis sebelumnya yang menyatakan ada pengaruh antara dukungan sosial rekan kerja dengan *burnout* pada *Sales Promotion Girl* (SPG) rokok *freelance* di Provinsi DIY dapat diterima. Variabel dukungan sosial rekan kerja memberikan sumbangan sebesar 55,2% terhadap variabel *burnout* pada *Sales Promotion Girl* (SPG) rokok *freelance* di Provinsi DIY, sedangkan 44,8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi perusahaan rokok, vendor, dan Penyedia Layanan Jasa (*Agency*) SPG

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa dukungan sosial rekan kerja mempunyai pengaruh yang besar terhadap penurunan *burnout* para *Sales Promotion Girl* (SPG) rokok *freelance*. Dukungan sosial rekan kerja yang tinggi dan dirasakan oleh para SPG terbukti memperkecil *burnout* yang

dialami para *Sales Promotion Girl* (SPG) rokok *freelance*. Hal ini berarti setiap aspek dukungan sosial rekan kerja berdampak penting dan dapat berpengaruh negatif terhadap *burnout* sehingga membuat para pekerja memiliki tingkat *burnout* yang kecil. Beberapa saran untuk pihak-pihak yang terkait dengan pekerjaan *Sales Promotion Girl* (SPG) rokok *freelance* di Provinsi DIY diantaranya sebagai berikut:

- a. Bagi perusahaan hendaknya memberikan sistem yang lebih baik lagi terhadap pelaksanaan pekerjaan, salah satunya dengan lebih sering melibatkan interaksi secara langsung *Sales Promotion Girl* (SPG) rokok *freelance*, mengadakan pelatihan-pelatihan mengenai kerja sama tim, menyediakan sarana-sarana yang dibutuhkan pada saat SPG bekerja seperti sarana komunikasi, kendaraan, dan fasilitas-fasilitas lain untuk mempermudah pekerjaan.
- b. Bagi vendor rokok yang menjadi sarana utama dalam *Sales Promotion Girl* (SPG) rokok *freelance* bekerja, diharapkan untuk selalu menjadi penghubung antar pekerja satu dengan lainnya, memberikan pengetahuan tentang pentingnya bekerja sama dengan sesama pekerja, selalu mengadakan evaluasi sebelum dan setelah SPG diterjunkan untuk bekerja.
- c. Bagi *Agency Sales Promotion Girl* (SPG) rokok diharapkan untuk lebih mengutamakan pengadaan sarana seperti alat-alat yang dibutuhkan untuk mempermudah pekerjaan contohnya charger handphone, ballpoint, atau alat alat lain yang berguna untuk mempermudah pekerjaan para SPG, memberikan apresiasi terhadap setiap pekerjaan yang dilakukan.

- d. Bagi *Sales Promotion Girl* (SPG) rokok *freelance* untuk lebih meningkatkan dukungan sosial sesama rekan kerja seprofesi dengan cara saling memberikan simpati, saling berbagi pengalaman kerja, membantu menumbuhkan rasa percaya diri satu dengan lainnya, saling memberikan perhatian dikarenakan sangat penting untuk memotivasi satu dengan lainnya, kemudian dapat meningkatkan kinerja dan hasil yang maksimal terhadap target yang ingin dicapai.

2. Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi pihak-pihak yang berminat untuk melakukan penelitian sejenis atau mengembangkan penelitian, sebaiknya memperhatikan hal-hal berikut:

- a. Melibatkan lebih banyak subjek untuk mendapatkan hasil yang lebih representatif.
- b. Memperhatikan faktor-faktor lain yang dapat berpengaruh seperti karakteristik individu maupun beban kerja yang ada dalam pekerjaan tersebut.
- c. Peneliti selanjutnya juga dapat menambah variabel lain yang dapat berpengaruh kepada *burnout*.
- d. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan subjek lain yang dirasa sesuai dengan permasalahan *burnout*. Seperti contohnya buruh pabrik, pekerja-pekerja bangunan, profesi marketing, perawat dan pekerjaan lain yang banyak terjun langsung ke lapangan dan memiliki tuntutan kerja yang cukup berat.

- e. Pada saat penyebaran skala penelitian sebaiknya ditunggu dan lebih dilakukan pendekatan lebih akrab kepada setiap subjek. Hal ini untuk menghindari kesalahan dalam proses pengerjaan, membuat subjek lebih serius dalam mengerjakan, meminimalisir terjadinya *faking good* pada pengerjaan, kemudian pengerjaan tidak pada waktu-waktu ketika mereka sibuk dengan pekerjaan, dan juga dapat mengamati setiap perilaku yang ditunjukkan subjek ketika pengisian skala.
- f. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan bentuk skala lain dalam penelitian seperti skala *semantic differential*, *rating scale*, guttman dan skala dari peneliti yang sudah teruji. Hal ini digunakan agar penelitian dapat menghasilkan data kuantitatif yang lebih akurat.