

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan pada penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara beban kerja dengan *burnout*. Hasil uji hipotesis menunjukkan hubungan positif dan signifikan antara beban kerja dengan *burnout* sebesar 0,769 ($p < 0,05$). Dari hasil tersebut dapat diartikan bahwa semakin tinggi beban kerja maka *burnout* juga menjadi semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah beban kerja maka *burnout* juga menjadi semakin rendah. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan positif antara beban kerja dengan *burnout* diterima.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, serta kesimpulan yang diperoleh, penelitian mengajukan beberapa saran yang sekiranya dapat dijadikan masukan bagi pihak-pihak yang terkait dengan hasil penelitian ini. Saran-saran tersebut antara lain:

1. Peneliti menyarankan kepada anggota polisi Direktorat Samapta POLDA DIY diharapkan untuk membentuk persepsi positif mengenai beban kerja mereka sehingga tidak memperburuk kondisi *burnout*. Hal tersebut dilakukan dengan cara mengubah pola pikir bahwa pekerjaan yang dijalankannya bukan beban

tetapi merupakan tugas negara dan tanggung jawab yang harus dilakukan dengan sungguh-sungguh dan penuh rasa bangga.

2. Pada penelitian selanjutnya, yang berminat mengambil tema penelitian serupa peneliti menyarankan agar dilakukan penelitian dengan cakupan yang lebih luas, dengan mempertimbangan perbedaan karakteristik subyek penelitian. Selain itu dapat pula dengan mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *burnout*. disarankan untuk menggunakan konstruk variabel lain yang dapat mempengaruhi *burnout* seperti *self efficacy*, demografi, kepuasan kerja, motivasi kerja serta variabel lainnya.