

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *work life balance* dengan *happiness at work* pada karyawan generasi Z di sektor UMKM, sehingga hipotesis pada penelitian dinyatakan diterima. Hal ini menunjukkan dimana semakin tinggi *work life balance* semakin tinggi pula *happiness at work* pada karyawan generasi Z di sektor UMKM, begitu juga sebaliknya semakin rendah *work life balance* semakin rendah pula *happiness at work* pada karyawan generasi Z di sektor UMKM.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah disampaikan, peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan dan belum sempurna. Sehingga terdapat beberapa saran yang ingin peneliti sampaikan sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya

Berdasarkan keterbatasan penelitian ini, disarankan agar penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor-faktor lain yang kemungkinan memiliki kontribusi lebih besar terhadap *happiness at work*. Variabel seperti kepuasan kerja, dukungan organisasi, kepemimpinan, budaya organisasi, *work*

engagement, karakteristik pekerjaan, maupun faktor kepribadian dapat dipertimbangkan sebagai variabel independen, moderator, atau mediator. Dengan demikian, penelitian selanjutnya diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi *happiness at work* pada karyawan generasi Z.

2. Bagi karyawan generasi Z

Disarankan bagi karyawan generasi Z di sektor UMKM lebih menyadari pentingnya menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, serta aktif memelihara kebahagiaan di tempat kerja. Dengan begitu, kesejahteraan secara menyeluruh bisa terjaga, kinerja tetap optimal, dan pengalaman bekerja menjadi lebih memuaskan.