

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang dilakukan pada bab sebelumnya, maka yang dapat diambil dari penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Membuktikan bahwa Hipotesis alternative diterima dan Hipotesis nol ditolak. Artinya ada hubungan antara kecerdasan emosi dengan *burnout* pada ibu bekerja.
2. Menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara Kecerdasan Emosi dengan *Burnout* pada Ibu Bekerja. Artinya, semakin tinggi tingkat kecerdasan emosi pada ibu bekerja , maka semakin rendah tingkat burnout pada ibu bekerja , demikian pula sebaliknya bahwa semakin rendah tingkat kecerdasan emosi pada ibu bekerja , maka tingkat burnout pun akan semakin tinggi.
3. Kecerdasan Emosi memiliki signifikansi sebesar 0,261 terhadap *Burnout*, yang artinya kekuatan hubungan antara kedua variabel ini signifikan, atau cukup. Sehingga bisa ditarik kesimpulan, bahwa Kecerdasan Emosi memiliki hubungan terhadap tinggi rendahnya *Burnout* pada ibu bekerja..

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan saat ini, adapun saran yang diberikan baik itu saran praktis maupun saran teoritis adalah :

5.2.1 Saran Praktis

Adapun saran praktis yang diberikan pada penelitian ini adalah :

1. Bagi instansi perusahaan dapat melakukan strategi atau kebijakan *Human Resource* yang bertujuan untuk mengurangi dampak *burnout* yang terjadi pada karyawan tersebut misalnya dengan meningkatkan iklim suportif di organisasi. Perusahaan juga dapat membantu karyawan agar memiliki kecerdasan emosi yang lebih baik. Karena pada dasarnya, dampak *burnout* pada ibu bekerja akan berkurang apabila karyawan mampu menyeimbangkan pekerjaan dan kehidupan pribadinya.
2. Bagi ibu bekerja yang memiliki kecerdasan emosi yang rendah dapat meningkatkan kemampuan dalam mengelola emosi serta berinteraksi dan berperan aktif baik dengan rekan kerja maupun atasannya.

5.2.2 Saran Teoritis

Adapun saran teoritis yang peneliti berikan adalah sebagai berikut :

1. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mnegakaji lebih dalam lagi mengenai penelitian serupa, diharapkan dapat menggunakan factor-faktor lain yang mempengaruhi *burnout* pada ibu bekerja.
2. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat mencari teori-teori lain sebagai bahan referensi tambahan selain dari yang sudah peneliti gunakan saat ini.
3. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan angket atau kuesioner pada BAB I dilatar belakang untuk mendukung penelitian

4. Peneliti juga diharapkan dapat melakukan penelitian dengan lebih terorganisir dan dalam jangka waktu yang tidak terlalu singkat, agar hasil yang didapatkan pun lebih efektif, efisien dan sesuai dengan yang diharapkan

