

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan pada Bab IV sebelumnya dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa terbukti:

1. Berdasarkan hasil uji parsial (Uji T) dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa  $t$  hitung (5,192) lebih besar dari  $t$  tabel (2,008) dengan nilai signifikan  $< 0,05$  , maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh positif dan signifikan antara beban kerja terhadap *Burnout* pada karyawan di PT. Sarana Bandar Nasional Tanjung Priok
2. Berdasarkan hasil uji parsial (Uji T) dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa  $t$  hitung (1,167) lebih kecil dari  $t$  tabel (2,008) dengan nilai signifikan  $> 0,05$  , maka dapat disimpulkan tidak terdapat pengaruh antara *flexible working arrangement* terhadap *burnout* pada karyawan PT. Sarana Bandar Nasional Tanjung Priok.
3. Berdasarkan hasil uji simultan (Uji F) dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa  $f$  hitung (28,365) lebih besar dari  $f$  tabel (3,18) dengan nilai signifikan  $< 0,05$  , maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh beban kerja dan *flexible working arrangement* secara serempak dan signifikan terhadap *burnout* pada karyawan PT. Sarana Bandar Nasional Tanjung Priok

## 5.2 Saran

Beberapa saran dari peneliti terkait dengan hasil penelitian ini antara lain :

1. Kepada PT. Sarana Bandar Nasional
  - a. Mengurangi beban kerja yang diberikan kepada karyawan agar karyawan terhindar dari *Burnout* dengan memperhatikan indikator – indikator pada beban kerja seperti banyaknya pekerjaan, target kerja, kebosanan, kelebihan beban tekanan kerja serta mengoptimalkan indikator – indikator pada *Flexible Working Arrangement* seperti fleksibilitas jadwal kerja (*Timing Flexibility*), fleksibilitas jam kerja (*Time Flexibility*), dan fleksibilitas tempat kerja (*Place Flexibility*)
  - b. Lebih meningkatkan lagi soal penerapan *Flexible Working Arrangement* terutama dalam hal karyawan memilih jam shift kerjanya. Mempertahankan kebijakan tentang karyawan dapat mengganti jam masuk kerjanya apabila terjadi kendala
2. Bagi peneliti selanjutnya bisa memasukan variabel lain selain dari Beban Kerja dan *Flexible Working Arrangement* sebagai variabel bagi *Burnout*
3. Bagi akademisi bisa menjadi bahan acuan bagi mahasiswa lain yang akan melakukan penelitian yang berhubungan dengan variabel yang di teliti dalam penelitian ini.

### 5.3 Keterbatasan Masalah

Berdasarkan pengalaman peneliti selama melaksanakan penelitian ini, terdapat beberapa keterbatasan yang dapat menjadi pertimbangan bagi peneliti lain untuk menyempurkan penelitiannya dan memperhatikan keterbatasan dalam penelitian ini. Beberapa keterbatasan penelitian ini sebagai berikut :

1. Jumlah responden hanya 53 orang karyawan karena objek yang diteliti ini merupakan kantor cabang yang berada di pelabuhan Tanjung Priok
2. Selama Proses pengambilan data, data atau informasi yang diberikan responden belum tentu mencerminkan pandangan responden yang sebenarnya, karena setiap responden memiliki pemikiran yang berbeda, serta faktor keseriusan responden dalam mengisi kuesioner.
3. Tidak adanya penelitian terdahulu terkait *flexible working arrangement* terhadap *burnout*