

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara konflik peran dengan *burnout*. Semakin tinggi konflik peran maka semakin tinggi *burnout* pada karyawan PT BPR Restu Group dan sebaliknya semakin rendah konflik peran maka semakin rendah *burnout* pada karyawan PT BPR Restu Group. Adanya hubungan positif yang sangat signifikan tersebut menunjukkan hipotesis yang menyatakan adanya hubungan positif antara konflik peran dengan *burnout* pada karyawan PT BPR Restu Group diterima.

Penelitian ini memberikan informasi dan hasil tambahan berupa sumbangan efektif sebesar 26,5%, hal ini menunjukkan bahwa konflik peran mempengaruhi *burnout* pada karyawan PT BPR Restu Group sebesar 26,55, Sedangkan sisanya 73,5% dikarenakan pengaruh dari faktor-faktor lainnya antara lain karakteristik masing-masing individu yang berbeda satu sama lain, faktor-faktor interpersonal contohnya persepsi terhadap orang lain, komunikasi antar individu atau kelompok, dan lain lain yang dapat mempengaruhi ketahanan karyawan dalam menghindari *burnout*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti dapat mengajukan beberapa saran dan masukan, antara lain :

1. Bagi Karyawan

Karyawan bagian *account officer* terutama yang memiliki tingkat *burnout* sedang maupun tinggi hendaknya perlu meluangkan waktu untuk merefleksi tindakan yang telah diambil untuk mempertimbangkan penyebab yang berpontesi menimbulkan *burnout* yang dihadapi, berusaha menghilangkan penyebab tersebut, memperhatikan keseimbangan antara waktu bekerja dengan istirahat, meninjau kembali tujuan hidup, dan menyadari perlunya bantuan medis maupun psikologis agar terhindar dari kondisi kehilangan kendali.

2. Bagi Perusahaan

Perusahaan sebaiknya dapat lebih memperhatikan *job description* yang telah dibuat agar tugas dan pekerjaan karyawan tidak menyimpang dari wewenang dan tanggung jawabnya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian mengenai *burnout*, diharapkan untuk :

- a. Peneliti selanjutnya lebih memperhatikan permasalahan yang ada dilapangan, dan melakukan observasi serta wawancara yang mendalam untuk mengetahui permasalahan yang ada pada karyawan.
- b. Peneliti juga diharapkan untuk lebih memperhatikan tempat yang dipakai untuk pengisian skala, karena kenyamanan subyek dalam proses pengisian skala sangat diutamakan

- c. Peneliti selanjutnya diharapkan lebih memperhatikan lagi apa yang menjadi kekurangan dalam penelitian ini seperti halnya apa yang telah diuraikan dalam penelitian ini.

