

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Dalam penelitian ini, tujuh hipotesis telah diuji untuk mengungkap pengaruh variabel independen seperti *Work-Life Balance* dan *Burnout* terhadap variabel Kinerja Pegawai, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui Kepuasan Kerja. Berikut adalah kesimpulan dari hasil uji statistik yang telah dilakukan:

- a. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara *Work-Life Balance* (WLB) dan tingkat kepuasan kerja pada pegawai BPS di Provinsi Lampung. Hal ini menunjukkan bahwa WLB yang terjaga secara positif memengaruhi persepsi dan kepuasan karyawan terhadap pekerjaan mereka, menekankan pentingnya perhatian terhadap keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kehidupan pribadi sebagai faktor penentu kepuasan kerja.
- b. Hubungan antara WLB dan kinerja pegawai tidak signifikan, temuan ini menandakan kompleksitas faktor yang memengaruhi kinerja pegawai BPS di Provinsi Lampung.
- c. Pada hasil penelitian ditemukan bahwa tingkat *Burnout* berkorelasi signifikan dengan tingkat kepuasan kerja. Hal ini memberikan gambaran tentang pentingnya manajemen stress untuk pegawai. *Burnout* yang tinggi berpotensi menurunkan kepuasan kerja, sehingga diperlukan tindakan pencegahan dan

manajemen stres yang lebih efektif pada lingkungan kerja BPS di Provinsi Lampung.

- d. Hubungan signifikan antara tingkat *Burnout* dan kinerja pegawai menunjukkan adanya dampak langsung kondisi kesehatan mental pada produktivitas pegawai. Sehingga perhatian terhadap kesehatan mental dan upaya pengelolaan stres kerja dapat menjadi kunci dalam meningkatkan kinerja pegawai.
- e. Kepuasan kerja berkorelasi signifikan dengan kinerja pegawai, hal ini menekankan pentingnya dimensi psikologis dalam mencapai produktivitas yang optimal. Upaya untuk meningkatkan kepuasan kerja dapat dianggap sebagai investasi strategis dalam mencapai tujuan kinerja organisasi.
- f. *Work-life balance* tidak hanya memiliki dampak langsung pada kinerja, tetapi juga dapat memengaruhi kinerja melalui peningkatan kepuasan kerja. Pengelolaan keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi dapat dianggap sebagai strategi untuk menciptakan kondisi kerja yang mendukung kepuasan dan kinerja pegawai.
- g. Korelasi signifikan antara *Burnout*, kepuasan kerja, dan kinerja pegawai menunjukkan bahwa manajemen stres dan pencegahan *Burnout* dapat memiliki dampak positif pada kinerja melalui peningkatan kepuasan kerja. Strategi satker BPS di Provinsi Lampung harus fokus pada upaya pencegahan dan manajemen stres untuk mendukung kesejahteraan dan kinerja pegawai secara keseluruhan.

Kesimpulannya, temuan ini memberikan landasan untuk pengembangan strategi manajemen yang holistik, mempertimbangkan faktor-faktor psikologis dan kesejahteraan sebagai bagian integral dalam meningkatkan kepuasan dan kinerja pegawai BPS di Provinsi Lampung.

5.2. Saran

Berdasarkan temuan hasil penelitian, untuk meningkatkan kepuasan dan kinerja pegawai seluruh satker BPS di Provinsi Lampung disarankan untuk:

- a. Mengimplementasikan program *Work-Life Balance* (WLB) dan program manajemen stres dan pencegahan *Burnout*, seperti pelatihan dan workshop yang fokus pada penanganan kesehatan mental (*mental health*) pegawai. BPS Provinsi Lampung yang memiliki 2 pegawai berlatar belakang pendidikan psikologi dapat berperan aktif dalam mengawal jalannya program tersebut.
- b. Evaluasi dan perbaikan kebijakan kinerja pegawai perlu dilakukan, dengan memastikan kebijakan yang mendukung produktivitas tanpa menimbulkan beban stres yang berlebihan pada pegawai.
- c. Sistem penilaian kinerja dapat diperbarui dan disesuaikan agar memberikan gambaran yang akurat tentang kontribusi individu, sambil memberikan umpan balik yang konstruktif dan mendukung pengembangan karir.
- d. Sediakan pelatihan manajemen waktu dan pengembangan keterampilan kerja untuk membantu pegawai mengelola tugas-tugas dengan efisien.

- e. Sebaiknya dilakukan penelitian lanjutan yang lebih mendalam melalui *indepth study* dengan melibatkan variabel MSDM lainnya yang diperkirakan memengaruhi hubungan *mental health* dan kinerja pegawai.

Saran-saran ini diharapkan dapat membantu seluruh satker BPS di Provinsi Lampung dalam meningkatkan kepuasan kerja dan kinerja pegawai diantaranya dengan menciptakan iklim dan lingkungan kerja yang lebih kondusif serta produktif bagi seluruh pegawai. Selain itu, seluruh unsur pimpinan BPS di Provinsi Lampung agar terus mengikuti perkembangan pengetahuan tentang manajemen sumber daya manusia (MSDM) dan melakukan penelitian MSDM lanjutan sebagai langkah penting dalam meningkatkan efektivitas strategi-strategi ini.