

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dalam penelitian “Pengaruh *Work-Life Balance*, Dukungan Sosial, Fleksibilitas Kerja dan Lingkungan Kerja Fisik terhadap Kinerja Karyawan PT Sumber Alfaria Trijaya Tbk (Alfamart) Di Area Kecamatan Duren Sawit”. Maka terkait kepada penelitian ini, bisa didapatkan beberapa hasil kesimpulan dari kajian penelitian ini diantaranya adalah:

1. Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan pada variabel *Work-Life Balance* berpengaruh positif dan signifikan Kinerja Karyawan PT Sumber Alfaria Trijaya Tbk (Alfamart) Di Area Kecamatan Duren Sawit. *Work-Life Balance* yang baik memungkinkan karyawan untuk menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dan kehidupan pribadi mereka, maka akan semakin tinggi Kinerja Karyawan PT Sumber Alfaria Trijaya Tbk (Alfamart) Di Area Kecamatan Duren Sawit.
2. Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan pada variabel Dukungan Sosial berpengaruh positif dan signifikan Kinerja Karyawan PT Sumber Alfaria Trijaya Tbk (Alfamart) Di Area Kecamatan Duren Sawit. Hal ini dapat disimpulkan bahwa dukungan yang kuat dari rekan kerja dan atasan maka akan semakin tinggi Kinerja Karyawan PT Sumber Alfaria Trijaya Tbk (Alfamart) Di Area Kecamatan Duren Sawit.
3. Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan pada variabel Fleksibilitas Kerja berpengaruh positif dan signifikan Kinerja Karyawan PT Sumber Alfaria Trijaya Tbk (Alfamart) Di Area Kecamatan Duren Sawit. Diperoleh simpulan apabila dengan memberikan fleksibilitas yang lebih besar dalam sistem kerja, maka akan semakin tinggi Kinerja Karyawan PT Sumber Alfaria Trijaya Tbk (Alfamart) Di Area Kecamatan Duren Sawit.
4. Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan pada variabel Lingkungan Kerja Fisik berpengaruh positif dan signifikan Kinerja Karyawan PT Sumber Alfaria Trijaya Tbk (Alfamart) Di Area Kecamatan Duren Sawit. simpulan apabila Lingkungan

Kerja Fisik yang baik maka akan semakin tinggi Kinerja Karyawan PT Sumber Alfaria Trijaya Tbk (Alfamart) Di Area Kecamatan Duren Sawit.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh Work-Life Balance, Dukungan Sosial, Fleksibilitas Kerja, dan Lingkungan Kerja Fisik terhadap Kinerja Karyawan di PT Sumber Alfaria Trijaya Tbk (Alfamart) di Kecamatan Duren Sawit, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan guna meningkatkan efektivitas kerja karyawan serta mendukung kebijakan perusahaan yang lebih baik.

1. Untuk terus meningkatkan *Work-Life Balance* agar karyawan dapat mencapai keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi mereka. Selain itu, perusahaan juga dapat menyediakan kesejahteraan karyawan yang mencakup layanan kesehatan mental serta program kebugaran yang dapat membantu mengurangi tingkat stres akibat beban kerja yang tinggi.
2. Perlu membangun budaya kerja yang lebih kolaboratif dengan meningkatkan komunikasi internal yang lebih terbuka. Menerapkan metode mentoring dan coaching dapat membantu karyawan, terutama bagi mereka yang baru bergabung, agar lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan kerja. Selain itu, kegiatan team-building secara berkala dapat dilakukan guna mempererat hubungan kerja antar karyawan sehingga menciptakan lingkungan kerja yang lebih positif dan suportif.
3. Mempertimbangkan kebijakan yang lebih fleksibel dalam sistem kerja, khususnya dalam hal penyesuaian jadwal kerja yang lebih personal. Selain itu, perusahaan juga dapat menerapkan sistem pertukaran shift yang lebih mudah dan transparan agar karyawan dapat menyesuaikan jadwal kerja mereka sesuai dengan kebutuhan, tanpa mengganggu operasional perusahaan. Penerapan sistem kerja yang lebih fleksibel ini diharapkan dapat membantu karyawan dalam meningkatkan efisiensi kerja dan menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi mereka.
4. Untuk melakukan berbagai perbaikan guna menciptakan tempat kerja yang lebih nyaman dan aman. Beberapa aspek yang perlu diperhatikan adalah peningkatan kualitas pencahayaan di area kerja, pengaturan suhu ruangan yang optimal, serta

peningkatan sistem ventilasi agar lingkungan kerja tetap nyaman. Perusahaan juga perlu memastikan bahwa kebersihan dan keamanan tempat kerja tetap terjaga dengan menyediakan fasilitas keselamatan kerja yang memadai, seperti kotak P3K dan alat pemadam kebakaran. Selain itu, ruang istirahat yang lebih nyaman juga dapat disediakan agar karyawan memiliki waktu untuk beristirahat sejenak sebelum kembali bekerja, sehingga dapat mengurangi kelelahan dan meningkatkan produktivitas mereka.

5. Untuk penelitian mendatang, temuan dari penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam melakukan studi dengan objek yang berbeda tetapi menggunakan variabel yang sama, atau dengan variabel yang berbeda pada objek yang berbeda.

