

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh Work-Life Balance (X_1), Kesehatan Kerja (X_2), dan Beban Kerja (X_3) terhadap Kepuasan Kerja Karyawan (Y) pada PT Ziben Indonesia, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Work-Life Balance berpengaruh positif dan signifikan terhadap Kepuasan Kerja Karyawan PT Ziben Indonesia. Hal ini berarti semakin baik keseimbangan antara kehidupan pribadi dan pekerjaan yang dimiliki karyawan, semakin tinggi pula tingkat kepuasan kerja mereka. Penerapan kebijakan work-life balance yang efektif memungkinkan karyawan untuk mengatur waktu bekerja dan waktu pribadi secara proporsional sehingga mengurangi tingkat stres dan meningkatkan motivasi dalam bekerja.
2. Kesehatan Kerja juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap Kepuasan Kerja. Lingkungan kerja yang aman, fasilitas kesehatan yang memadai, serta perhatian perusahaan terhadap aspek kesehatan fisik dan mental karyawan dapat meningkatkan rasa nyaman dalam bekerja. Kondisi tersebut memberikan dampak positif terhadap kepuasan kerja, karena karyawan merasa diperhatikan dan terlindungi oleh perusahaan.
3. Beban Kerja memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap Kepuasan Kerja karyawan PT Ziben Indonesia. Menariknya, variabel ini memiliki pengaruh paling besar dibandingkan dua variabel lainnya. Hasil ini menunjukkan bahwa pengelolaan beban kerja yang baik—baik dalam hal jumlah, waktu, maupun target—dapat memberikan tantangan yang sehat dan meningkatkan rasa tanggung jawab karyawan, sehingga mereka merasa puas ketika target pekerjaan dapat dicapai secara realistis.

Dengan demikian, hasil penelitian ini mempertegas bahwa manajemen sumber daya manusia yang memperhatikan keseimbangan hidup, kesehatan, serta beban kerja karyawan merupakan kunci utama dalam menciptakan tenaga kerja yang puas, termotivasi, dan produktif.

B. Saran

1. Saran untuk PT. Ziben Indonesia

a) Meningkatkan Program Work-Life Balance.

Perusahaan dapat menerapkan kebijakan yang lebih fleksibel, seperti pengaturan jadwal kerja yang mendukung keseimbangan kehidupan dan pekerjaan, pemberian cuti yang sesuai, dan kegiatan perusahaan yang mendukung interaksi sosial dan kesejahteraan karyawan.

b) Memperkuat Aspek Kesehatan Kerja.

Disarankan agar perusahaan terus meningkatkan sarana dan fasilitas kesehatan, termasuk ruang P3K, pemeriksaan kesehatan berkala, serta penyediaan alat pelindung diri (APD) yang sesuai standar. Selain itu, perusahaan dapat memberikan pelatihan kesehatan dan keselamatan kerja secara rutin.

c) Mengelola Beban Kerja secara Efektif.

Perusahaan perlu melakukan evaluasi terhadap beban kerja karyawan agar tidak berlebihan dan sesuai dengan kapasitas individu. Pengaturan target yang realistis, pembagian tugas yang seimbang, serta pemberian pelatihan untuk meningkatkan kompetensi dapat menjadi solusi untuk menciptakan beban kerja yang sehat.

d) Membangun Komunikasi yang Terbuka.

Manajemen perlu menciptakan sistem komunikasi yang transparan antara atasan dan karyawan untuk mengurangi potensi konflik, meningkatkan kepercayaan, dan menciptakan suasana kerja yang kondusif.

2. Saran untuk Penulis

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Pengaruh Work-Life Balance (X1), Kesehatan Kerja (X2), dan Beban Kerja (X3) terhadap Kepuasan Kerja Karyawan (Y) pada PT Ziben Indonesia, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

a. Perdalam kajian literatur

Penulis sudah menyusun landasan teori dengan baik, namun bisa lebih diperkaya dengan membandingkan penelitian dari berbagai sektor industri agar hasil penelitian memiliki generalisasi lebih

b. Perluas variabel penelitian

Penelitian ini berfokus pada tiga variabel independen. Untuk penelitian selanjutnya, penulis dapat mempertimbangkan variabel lain seperti kompensasi, gaya kepemimpinan, komunikasi organisasi, maupun budaya kerja yang juga berpengaruh pada kepuasan kerja.

c. Gunakan metode campuran (mixed method)

Selain data kuantitatif melalui kuesioner, wawancara mendalam dengan karyawan dapat memberikan gambaran yang lebih kontekstual terkait faktor-faktor yang memengaruhi kepuasan kerja.

d. Perhatikan keterbatasan penelitian

Jumlah sampel sebanyak 102 responden cukup representative namun penelitian berikutnya dapat memperbesar cakupan responden atau membandingkan antar divisi agar hasil lebih spesifik.

e. Tingkatkan kejelasan data visualisasi

Grafik dan tabel yang digunakan sudah baik, namun penyajian visual dapat diperjelas dengan interpretasi yang lebih detail agar pembaca lebih mudah memahami tren.

f. Fokus pada implikasi praktis

Penulis dapat menambahkan rekomendasi praktis yang lebih aplikatif bagi manajemen PT Ziben Indonesia, misalnya program peningkatan kesehatan kerja, perbaikan sistem promosi, atau kebijakan fleksibilitas kerja.

