

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Pengaruh *Work Life Balance* terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Perempuan Sigaret Kretek Tangan (SKT) di PT. Gudang Garam Tbk Kediri, maka dapat disimpulkan:

1. Tingkat *Work Life Balance* pada karyawan perempuan Sigaret Kretek Tangan (SKT) PT. Gudang Garam Tbk Kediri berada pada kategori sedang hingga tinggi dengan nilai rata-rata sebesar 73,95 dan standar deviasi 7,051. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar karyawan mampu menyeimbangkan peran pekerjaan dan kehidupan pribadi, meskipun masih terdapat sebagian kecil yang mengalami ketidakseimbangan akibat beban kerja dan tanggung jawab domestik.
2. Tingkat Kepuasan Kerja karyawan perempuan juga tergolong cukup baik, yang tercermin dari persepsi positif terhadap aspek lingkungan kerja, hubungan antar rekan kerja, serta dukungan perusahaan terhadap kesejahteraan karyawan.
3. Berdasarkan hasil analisis regresi linier sederhana, diperoleh nilai $F_{hitung} = 8,886 > F_{tabel} = 3,900$ dengan tingkat signifikansi $0,003 < 0,05$, yang berarti terdapat pengaruh positif dan signifikan antara *Work Life Balance* terhadap *Kepuasan Kerja*. Nilai koefisien regresi sebesar 0,273 menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat keseimbangan kehidupan kerja, maka semakin tinggi pula kepuasan kerja

karyawan perempuan Sigaret Kretek Tangan (SKT) PT. Gudang Garam Tbk Kediri.

4. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *Work Life Balance* memiliki peranan penting dalam meningkatkan kepuasan kerja karyawan, terutama bagi perempuan yang menjalankan peran ganda sebagai pekerja dan ibu rumah tangga.

B. Keterbatasan Penelitian

Dalam proses pelaksanaan penelitian ini, peneliti menyadari adanya beberapa keterbatasan yang dapat menjadi bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya, antara lain:

1. Jumlah responden sebanyak 120 individu belum sepenuhnya merepresentasikan keseluruhan populasi karyawan perempuan Sigaret Kretek Tangan (SKT) PT. Gudang Garam Tbk, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas.
2. Data yang diperoleh melalui kuesioner, akan sangat bergantung pada kejujuran dan persepsi subjektif responden, sehingga memungkinkan adanya bias dalam pengisian jawaban.
3. Variabel penelitian terbatas pada *Work Life Balance* dan Kepuasan Kerja, padahal faktor lain seperti stres kerja, beban kerja, dan dukungan organisasi juga berpotensi memengaruhi tingkat kepuasan kerja namun belum diteliti dalam studi ini.

4. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif, sehingga tidak dapat menggambarkan secara mendalam pengalaman emosional atau sosial yang dialami dan dirasakan oleh karyawan dalam menjalankan peran ganda.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan keterbatasan di atas, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Karyawan Perempuan Sigaret Kretek Tangan (SKT) PT.Gudang Garam Tbk, Kediri.

Diharapkan agar karyawan dapat terus berupaya menjaga keseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi dengan mengelola waktu secara efektif, mengembangkan strategi coping stres, serta tetap menjaga komunikasi yang baik dengan keluarga dan rekan kerja.

2. Bagi Pihak Manajemen PT.Gudang Garam Tbk, Kediri.

Disarankan untuk memperkuat kebijakan *work-life balance* melalui penerapan sistem kerja yang lebih fleksibel, pemberian dukungan sosial, serta penghargaan terhadap performa kerja perempuan agar mereka dapat mempertahankan keseimbangan peran secara optimal.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian mendatang dapat menggunakan metode campuran (*mixed-method*) agar hasilnya lebih komprehensif, serta memperluas variabel dengan memasukkan faktor-faktor lain seperti stres kerja, dukungan organisasi, dan

kesejahteraan psikologis. Penelitian dengan jumlah sampel lebih besar dan konteks industri berbeda juga penting untuk memperkuat generalisasi temuan.