

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data dan pembahasan, maka peneliti memperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat 2 tipe *work-life balance* yang paling banyak ditemukan pada terapis klinik kecantikan “X” Bandung yang sudah menikah yaitu *beneficial balance* dan *harmful balance*.
2. Sebagian besar tipe *harmful balance* menunjukkan bahwa mereka merupakan orang tua tunggal yang harus bekerja untuk menafkahi keluarga.
3. Pengalaman konflik terbanyak yang dirasakan responden adalah waktu yang dihabiskan dalam peran sebagai terapis klinik kecantikan membuat mereka sulit berpartisipasi dalam kegiatan sebagai ibu atau istri di rumah.
4. Pengalaman *enhancement* terbanyak yang dirasakan responden adalah dalam menjalankan perannya sebagai ibu atau istri di rumah membuat suasana hati dan kepercayaan diri mereka lebih baik sebagai terapis klinik kecantikan sehingga semakin efektif dalam bekerja di klinik.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

1. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian dengan melibatkan data penunjang yang lebih beragam dan mendalam agar dapat melihat keterkaitannya dengan tipe *work-life balance* sehingga dapat menjadi acuan

menentukan faktor-faktor yang memengaruhi dalam menggambarkan perbedaan tipe *work-life balance*.

2. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk melakukan penelitian dengan sampel dari profesi lain agar hasil penelitian dapat lebih beragam dalam menggambarkan tipe *work-life balance*.

5.2.2 Saran Praktis

Bagi pihak atasan klinik kecantikan, hasil penelitian (*harmful balance*) ini dapat digunakan sebagai informasi dan bahan pertimbangan misalnya mengadakan diskusi pada tiap karyawannya dan *sharing* dengan karyawan yang memiliki tipe *beneficial balance* untuk membantu terapis dalam mengatur waktu dan energi mereka saat bekerja sehingga tugas di klinik maupun di rumah dapat terselesaikan dengan baik dan tidak menimbulkan konflik.