

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka diperoleh suatu gambaran mengenai Tipe *Work-Life Balance* pada Dosen Tetap di Universitas “X” yang sudah menikah, dengan simpulan sebagai berikut:

1. Tipe *work-life balance* yang paling banyak dimiliki oleh dosen tetap di Universitas “X” yang sudah menikah yaitu tipe *harmful work-life balance*, dimana dosen menghayati *demands* yang tinggi dan *resources* yang rendah .
2. *Demands* yang banyak dihayati oleh dosen dengan tipe *harmful* yaitu merasa sulit secara mental untuk senantiasa siap menghadapi keragaman karakter mahasiswa dan dapat membuat setiap mahasiswa paham mengenai apa yang ingin disampaikan ketika bekerja, sedangkan *resources* berupa dukungan, baik dari pihak keluarga maupun *benefit* yang diberikan oleh pihak fakultas dihayati masih sedikit.
3. Tipe *work-life balance* yang paling sedikit dimiliki oleh dosen tetap di Universitas “X” yang sudah menikah yaitu tipe *beneficial work-life balance*, dimana dosen menghayati *demands* yang rendah dan *resources* yang tinggi.
4. Dosen dengan tipe *beneficial* menghayati *demands* yang sedikit karena tugas dipekerjaannya dirasa tidak terlalu banyak, terlebih dosen menghayati banyaknya dukungan yang diberikan pihak keluarga maupun universitas yang menjadikan *resources* untuk dirinya.

## 5.2. Saran

### 5.2.1. Saran Teoritis

1. Peneliti lain dapat melakukan penelitian lebih lanjut yang membahas *work-life balance* mengenai dimensi dari *work-life balance*, yaitu *work-family conflict* dan *work-family enhancement* untuk memperoleh seberapa besar kontribusi dimensi tersebut terhadap penggolongan tipe-tipe *work-life balance* yang seseorang miliki.
2. Peneliti lain dapat melakukan penelitian lebih lanjut serta lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi *work-life balance*, sehingga diperoleh gambaran menyeluruh mengenai dinamika dari *work-life balance* pada dosen.

### 5.2.2. Saran Praktis

1. Hasil penelitian yang diperoleh dapat digunakan sebagai informasi pihak Universitas atau Fakultas mengenai bagaimana gambaran *work-life balance* yang dimiliki oleh dosen tetap di Universitas "X". Hasil penelitian ini juga kelak dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun kegiatan pekerjaan maupun mempertimbangkan pemberian fasilitas, seperti adanya pemberian jadwal kerja (*demands*) yang tidak dilakukan pada saat akhir pekan, sehingga tidak mengganggu peran dalam keluarga yang nantinya juga berpengaruh pada kinerja dosen agar dapat bekerja lebih optimal dan dapat berkontribusi lebih produktif lagi ketika kerja.
2. Hasil penelitian ini dapat membantu dosen mengetahui tipe *work-life balance* yang dimiliki, sehingga tuntutan yang dihayati oleh dosen ketika menjalankan perannya dapat diminimalisir karena adanya *resources* yang diterima.