

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang diperoleh, maka peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Rancangan modul Pelatihan yang dibuat dalam penelitian ini, secara umum mendapatkan reaksi positif dari karyawan dan karyawan yang menjadi responden dalam pelatihan.
2. Rancangan modul pelatihan dalam penelitian ini dapat digunakan untuk memberikan pemahaman mengenai *work-family conflict* pada responden yang mengikuti pelatihan.
3. Sesi pertama "*Work-family conflict*" dalam rancangan modul pelatihan ini dapat menambah pengetahuan dan pemahaman responden pelatihan mengenai tuntutan peran dalam pekerjaan dan keluarga, proses konflik yang terjadi, serta dampak yang muncul akibat konflik tersebut.
4. Sesi kedua "Managemen Konflik" dalam rancangan modul pelatihan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman responden dalam hal mengelola konflik yang dialami sehingga dapat tetap selaras dan efektif dalam menjalani seluruh peran.
5. Hasil evaluasi yang diperoleh pada penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan kepada sampel karakteristik karena pada penelitian ini

ujicoba modul pelatihan diberikan hanya pada karyawan dan karyawan di satu perusahaan “X” yang ada di Bandung.

5.2. SARAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

Saran Teoritis :

- a. Memberikan intervensi yang lebih spesifik sesuai masing-masing dimensi untuk mengatasi *work-family conflict*, sehingga intervensi dapat lebih terfokus sesuai permasalahan setiap peserta
- b. Melakukan intervensi kepada subjek yang sedang mengalami *Work-family conflict*, sehingga manfaatnya dapat lebih dirasakan.
- c. Melakukan penelitian lanjutan mengenai efektifitas pelatihan *work-family conflict*. Hal tersebut bertujuan agar modul pelatihan *work-family conflict* dapat diperluas pemanfaatannya.

Saran Praktis :

- a. Melakukan intervensi pelatihan Psikoedukasi kepada karyawan yang memiliki *Work-family conflict* rendah untuk memberikan pemahaman sebagai pencegahan terjadinya peningkatan derajat *Work-family conflict* pada subyek yang menjalani peran ganda.