

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

- a. *Work Life Balance* memiliki peran dalam memengaruhi perilaku kerja kontraproduktif di kalangan tenaga keamanan PT Griya Resik Mandiri. Ini menunjukkan bahwa keselarasan antara aspek pekerjaan dan kehidupan pribadi berkontribusi dalam menekan kecenderungan munculnya perilaku negatif di lingkungan kerja. Ketika tenaga keamanan memiliki waktu untuk beristirahat, menjalani kehidupan pribadi, dan memenuhi kebutuhan sosial atau emosional di luar pekerjaan, mereka cenderung lebih stabil secara psikologis dan lebih sedikit mengalami stres. Sebaliknya, ketidakseimbangan antara tuntutan kerja dan kehidupan pribadi dapat menimbulkan kelelahan, frustrasi, dan tekanan emosional yang berpotensi memicu perilaku negatif seperti menurunnya produktivitas, ketidakhadiran, atau konflik di tempat kerja.
- b. Stres kerja memiliki kontribusi terhadap *Counterproductive Work Behavior* pada tenaga keamanan PT Griya Resik Mandiri. Temuan ini mengindikasikan bahwa tingkat stres yang dialami oleh karyawan berperan dalam meningkatkan potensi perilaku kerja negatif. Ketika tenaga keamanan menghadapi tekanan kerja yang tinggi, seperti beban kerja berlebih, waktu kerja yang panjang, atau ketidakjelasan peran, mereka lebih rentan mengalami kelelahan fisik dan emosional. Kondisi ini dapat memicu emosi negatif seperti marah, frustrasi, atau cemas, yang jika tidak dikelola dengan baik, dapat diwujudkan dalam bentuk

perilaku kontraproduktif, seperti menurunnya kedisiplinan, kelalaian dalam tugas, atau konflik dengan rekan kerja.

5.2 Saran

- a. Untuk mendukung terkait *Work Life Balance* dari tenaga keamanan, diharapkan perusahaan dapat memberikan pelatihan terkait manajemen waktu agar tenaga keamanan dapat lebih memahami cara mengelola waktu mereka antara pekerjaan dan kehidupan pribadi dengan lebih efektif. Dengan keterampilan ini, diharapkan tenaga keamanan dapat memanfaatkan waktu di luar jam kerja dengan optimal, sehingga tetap dapat menjalin hubungan yang harmonis dengan keluarga meskipun bekerja dengan sistem shift yang tetap.
- b. Diharapkan perusahaan melakukan pengembangan program pekerjaan yang lebih sesuai dengan kebutuhan sumber daya manusia guna meningkatkan efisiensi dan kesejahteraan karyawan. Program tersebut harus mempertimbangkan beban kerja yang seimbang dan penciptaan lingkungan kerja yang lebih mendukung. Selain itu, penting bagi perusahaan untuk menyediakan fasilitas dukungan psikologis, seperti konseling atau pelatihan pengelolaan stres, guna membantu tenaga keamanan mengelola tekanan dan tantangan kerja dengan lebih baik, serta menciptakan suasana kerja yang lebih sehat dan produktif.
- c. Untuk peneliti selanjutnya, disarankan untuk menambahkan variabel lain dalam penelitian ini guna menghasilkan studi yang lebih komprehensif dan memperkaya pemahaman mengenai topik yang dibahas, termasuk

aspek *work family conflict*, lingkungan kerja, budaya organisasi, dan keadilan organisasi. Peneliti juga disarankan untuk mengkaji topik yang sama di perusahaan atau industri lain yang rentan akan tindakan negatif yang dilakukan oleh karyawan, seperti perusahaan ekspedisi atau pabrik.