

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

1. Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa tidak terdapat pengaruh antara *work life balance* dan kecerdasan emosional terhadap *work family conflict* pada wanita karir di wilayah Bandung Raya. Karena berdasarkan uji regresi menunjukkan signifikansi diatas 0,05 yaitu sebesar 0,117. Sedangkan *work life balance* (X1) berpengaruh secara negatif terhadap *work family conflict* (Y). Kemudian kecerdasan emosional (X2) juga secara signifikan berpengaruh secara negatif terhadap *work family conflict* (Y).

2. Rekomendasi

Berdasarkan dari hasil penelitian ini, terdapat beberapa rekomendasi yang perlu diperhatikan yaitu :

1. Bagi wanita dengan dual career

- Khususnya dengan frekuensi konflik yang lebih sering diharapkan mampu mempraktikan perilaku terkait *work life balance* dan pemahaman terkait kecerdasan emosional.
- Mencari pekerjaan yang fleksibel
- Mencari dukungan sosial dari lingkungan sekitar (dukungan suami, keluarga, pertemanan dll)

2. Bagi perusahaan

- Peneliti menyarankan adanya fasilitas konseling, pembekalan wawasan (training) yang disediakan perusahaan untuk karyawan sebagai penunjang dan fasilitas, dengan tujuan agar mereka lebih peduli terhadap diri mereka sendiri khususnya terkait variabel terkait dalam penelitian ini yaitu kecerdasan emosional, peduli terhadap situasi dan kondisi dalam keluarga, memahami peran-peran dirinya dan meningkatkan kinerja sehingga berdampak positif bagi perusahaan.

- Mengurangi frekuensi lembur
- Tidak membiarkan karyawan membawa pekerjaannya ke rumah

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- Perlu adanya penelitian serupa di luar Wilayah Bandung Raya agar hasil penelitian dapat di generalisasi
- Perlunya perbaikan terkait spesifikasi dalam pengambilan data responden seperti : Usia anak bungsu, pengasuh anak, orang lain yang tinggal serumah.