BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis mengenai pengaruh *work life balance* terhadap kinerja guru di SMK Negeri 3 Bandung yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan sebagai berikut.

1. Gambaran variabel
 - a. Gambaran tingkat *work life balance* di SMK Negeri 3 Bandung dipersepsikan dalam kategori tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa indikator dengan nilai rata-rata tertinggi adalah indikator keseimbangan kepuasan (*satisfaction balance*). Sedangkan, indikator yang memiliki nilai rata-rata terendah berdasarkan hasil penelitian yaitu indikator keseimbangan waktu (*time balance*).
 - b. Gambaran tingkat kinerja guru di SMK Negeri 3 Bandung dipersepsikan dalam kategori tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa indikator dengan nilai rata-rata tertinggi yaitu indikator komunikasi. Sedangkan, indikator yang memiliki nilai rata-rata terendah berdasarkan hasil penelitian yaitu indikator kualitas kerja.
2. *Work life balance* berpengaruh terhadap kinerja guru SMK Negeri 3 Bandung. Berdasarkan penelitian ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi *work life balance* maka semakin tinggi kinerja guru.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan yang telah dibahas di atas, berikut ini saran yang dapat diberikan.

1. Berdasarkan hasil penelitian *Work Life Balance* (X) berada pada kategori tinggi. Namun, terdapat satu indikator yang masih menunjukkan kecenderungan persentase lebih rendah dibandingkan indikator lainnya, yaitu keseimbangan waktu (*time balance*). Oleh karena itu, guru dapat melakukan implementasi manajemen waktu seperti penyusunan jadwal yang seimbang antara aktivitas profesional dan personal. Selain itu, dapat melakukan kolaborasi dengan rekan kerja seperti penyusunan rencana pembelajaran

sehingga dapat mengurangi beban kerja individu. Di samping itu, diperlukan adanya upaya melalui analisis pembagian beban kerja untuk mengidentifikasi distribusi beban kerja yang proporsional antar guru, seperti implementasi sistem rotasi tugas tambahan (wali kelas dan pembina ekstrakurikuler) secara berkala. Upaya ini diharapkan dapat membantu guru dalam mencapai keselarasan antara peran profesional dan pribadi, serta mengurangi potensi stress akibat ketidakseimbangan waktu, sehingga *work life balance* secara keseluruhan dapat terjaga secara optimal.

2. Berdasarkan hasil penelitian pada variabel Kinerja Guru (Y) dapat dipersepsikan berada pada kategori tinggi. Namun, terdapat hasil terendah dari variabel kinerja guru yaitu indikator kualitas kerja. Oleh karena itu, untuk meningkatkan kualitas kerja, guru dapat mengikuti program pengembangan profesional berkelanjutan seperti pelatihan pedagogik. Selain itu, guru dapat memanfaatkan teknologi baik dalam pengelolaan tugas administratif maupun dalam proses pembelajaran. Dukungan institusional juga penting, salah satunya melalui supervisi akademik yang efektif seperti pelaksanaan observasi kelas saat pelaksanaan pembelajaran guru dan pemberian umpan balik yang konstruktif. Dengan demikian, peningkatan aspek ini diharapkan dapat meningkatkan kinerja guru secara keseluruhan.
3. Bagi peneliti selanjutnya, yang akan melakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh *work life balance* terhadap kinerja guru disarankan dapat melakukan penelitian dengan menjangkau responden lebih banyak lagi serta dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.