

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *work values* dan *workplace loneliness* pada karyawan di Jabodetabek. Dari sebelas *work values* yang diteliti, sepuluh nilai menunjukkan hubungan negatif signifikan dengan *workplace loneliness*, yaitu *authority*, *ambition*, *variety*, *autonomy*, *social justice*, *environmental sustainability*, *helping and supporting*, *rules respecting*, *traditional values*, dan *safety*. Hanya nilai *enjoyment* yang tidak menunjukkan hubungan signifikan dengan *workplace loneliness*.

5.2 Rekomendasi

Terdapat beberapa saran dan rekomendasi dalam penelitian ini, yaitu:

1. Bagi Karyawan

Pada penelitian ini tingkat *workplace loneliness* pada karyawan di Jabodetabek berada pada kategori sedang cenderung tinggi. *Workplace loneliness* yang ditandai dengan perasaan terasing, terisolasi, tidak terhubung dengan rekan kerja, serta minimnya interaksi sangat mungkin dialami oleh karyawan karena berbagai faktor internal maupun eksternal. Melalui penelitian ini, karyawan dapat meningkatkan *work values* yang dimilikinya khususnya nilai-nilai yang mendorong interaksi sosial seperti *helping and supporting*, *safety*, dan *rules respecting* yang terbukti memiliki korelasi negatif terkuat dengan *workplace loneliness*.

2. Bagi Perusahaan/Organisasi

Melalui penelitian ini, perusahaan diharapkan dapat memperbaharui dan atau mengembangkan struktur, budaya, dan lingkungan kerja yang sehat guna menurunkan tingkat *workplace loneliness* karyawan. Perusahaan dapat membuat program yang mendukung interaksi dan kebersamaan antar karyawan yang dapat penurunan *workplace loneliness*. Program tersebut dapat berupa (1) *mentoring* dan *coaching* sebagai wadah untuk karyawan berdiskusi, (2)

program *bonding* untuk meningkatkan interaksi dan kebersamaan antara karyawan, (3) konseling karir untuk melihat *workplace loneliness*, prestasi, dan dedikasi karyawan yang kemudian menjadi dasar pelatihan dan pengembangan karyawan. Penelitian ini pun dapat menjadi dasar dalam merancang intervensi guna menurunkan tingkat *workplace loneliness* karyawan di wilayah Jabodetabek.

3. Bagi Pemerintah

Melalui penelitian ini, Dinas Ketenagakerjaan di wilayah Jabodetabek serta berbagai lembaga pelatihan atau pembinaan pekerja dapat merumuskan atau membuat regulasi budaya kerja yang sehat, mewajibkan adanya konseling karir, serta bekerja sama dengan berbagai lembaga psikologi salah satunya HIMPSI guna menurunkan tingkat *workplace loneliness* karyawan di wilayah Jabodetabek dan menciptakan kesejahteraan bagi para pekerja.

4. Bagi Peneliti selanjutnya

- a. Disarankan untuk dapat melakukan penelitian pengaruh sebelas *work values* terhadap *workplace loneliness* dengan jumlah sampel yang lebih banyak serta pengaturan kerja yang beragam (WFO, WFH, Hybrid).
- b. Disarankan untuk dapat melakukan penelitian mengenai *work values*, *workplace loneliness*, dan tambahan variabel mediator/moderator.
- c. Disarankan untuk membandingkan, menambah, atau memfokuskan penelitian dengan topik serupa di wilayah berbeda khususnya provinsi atau kota dengan jumlah pekerja yang tinggi.