

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Pengaruh *Work Life Balance*, Motivasi, dan Stres Kerja terhadap Kinerja Pegawai pada Kantor Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kabupaten Belu, maka diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa, variabel *Work Life Balance*, berada pada kategori baik. Sedangkan variabel Motivasi, Stres Kerja, dan Kinerja Pegawai Pada kantor Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kabupaten Belu, berada pada kategori sangat baik.
2. Berdasarkan hasil uji t menunjukkan bahwa variabel *Work Life Balance* berpengaruh positif dan tidak signifikan terhadap Kinerja Pegawai pada Kantor Dinas Kependudukan Dan Pencatatan Sipil Kabupaten Belu.
3. Berdasarkan hasil uji t menunjukkan bahwa variabel Motivasi berpengaruh positif dan signifikan terhadap Kinerja Pegawai pada Kantor Dinas Kependudukan Dan Pencatatan Sipil Kabupaten Belu.
4. Berdasarkan hasil uji t menunjukkan bahwa variabel Stres Kerja berpengaruh positif dan tidak signifikan terhadap Kinerja Pegawai pada Kantor Dinas Kependudukan Dan Pencatatan Sipil Kabupaten Belu.
5. Berdasarkan hasil uji F menunjukkan bahwa variabel *Work Life Balance*, Motivasi, dan Stres kerja secara bersama-sama (simultan) berpengaruh

signifikan terhadap Kinerja Pegawai Pada Kantor Dinas Kependudukan Dan Pencatatan Sipil Kabupaten Belu.

6. Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi menunjukkan bahwa kontribusi variabel *Work Life Balance*, Motivasi, dan stres kerja lemah terhadap Kinerja Karyawan pada Kantor Dinas Kependudukan Dan Pencatatan Sipil Kabupaten Belu secara bersama-sama dipengaruhi oleh variabel *Work Life Balance*, Motivasi, dan Stres Kerja. Sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dikemukakan, penulis memberikan beberapa saran berikut ini yang diharapkan dapat dijadikan masukan bagi instansi maupun penelitian selanjutnya :

1. Bagi Pegawai Pada kantor Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kabupaten Belu, disarankan untuk menciptakan lingkungan kerja yang seimbang dan mendukung, seperti pengaturan beban kerja yang adil dan waktu kerja yang fleksibel. Pemberian penghargaan, pelatihan, serta perhatian terhadap stres kerja juga penting untuk meningkatkan motivasi dan kenyamanan pegawai. Dengan suasana kerja yang baik dan budaya kerja sama yang kuat, kinerja pegawai dapat meningkat sehingga pelayanan kepada masyarakat menjadi lebih cepat, profesional, dan berkualitas.
2. Bagi pegawai pada kantor Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kabupaten Belu, disarankan untuk menjaga keseimbangan antara

pekerjaan dan kehidupan pribadi agar tetap semangat dan produktif. Motivasi diri perlu ditingkatkan melalui rasa tanggung jawab, pencapaian target, dan kemauan untuk terus belajar. Pengelolaan stres juga penting dilakukan dengan cara sehat, seperti berdiskusi dengan rekan kerja atau beristirahat yang cukup. Selain itu, pegawai diharapkan menjaga disiplin, kualitas kerja, dan ketepatan waktu, serta aktif bekerja sama dan terbuka terhadap ide-ide baru. Dengan begitu, kinerja pegawai dapat terus meningkat dan mendukung pelayanan publik yang lebih optimal.

3. Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk memperluas objek penelitian ke instansi lain guna mendapatkan hasil yang lebih general dan dapat dibandingkan. Selain itu juga, dapat menambahkan variabel lain yang juga berpengaruh terhadap variabel kinerja pegawai, agar memperoleh hasil penelitian lebih mendalam dan komprehensif.