

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Dari penelitian mengenai dampak *burnout* terhadap optimalisasi kinerja karyawan di PT Pegadaian Rantepao, Toraja Utara, dapat disimpulkan bahwa karyawan mengalami *burnout* dan berdampak signifikan terhadap kinerja karyawan. Karyawan yang mengalami *burnout* cenderung mengalami kelelahan fisik dan emosional, yang berdampak negatif pada motivasi dan produktivitas mereka. Faktor-faktor seperti beban kerja yang berlebihan, tekanan emosional dari interaksi dengan nasabah, dan kondisi fisik yang menurun berkontribusi pada munculnya *burnout*. Karyawan yang mengalami kondisi ini sering kali merasa tidak bersemangat, kurang fokus, dan mengalami penurunan kualitas kerja.

#### **B. Saran**

1. Penulis berharap penelitian ini menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya mengenai *burnout* pada kinerja karyawan. Terutama kepada adek-adek tingkat secara khusus di Program Studi Psikologi Kristen Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja. Sangat diharapkan, penulis lain dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang mungkin mempengaruhi *burnout*. Selain itu, seiring berjalannya waktu jaman semakin berkembang dan tingkat *burnout* juga semakin tinggi.

2. PT.Pegadaian Rantepao disarankan untuk mengimplementasikan *program* kesejahteraan karyawan yang mencakup manajemen stres, pelatihan keterampilan, dan dukungan psikologis lainnya yang dapat meningkatkan kinerja dan produktivitas karyawan sehingga berjalan dengan optimal dan berdampak positif bagi perkembangan kemajuan perusahaan.