

BAB V

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

A. Simpulan

Penelitian ini menguji pengaruh pengaturan kerja fleksibel terhadap kesejahteraan pekerja, memeriksa peran mediasi keseimbangan pekerjaan-kehidupan dan mengonfirmasi peran moderasi dari kestabilan pendapatan. Berdasarkan hasil analisis data penelitian menunjukkan dari lima hipotesis yang diusulkan dalam penelitian ini terdapat empat hipotesis didukung dan satu hipotesis ditolak. Berikut adalah kesimpulan hasil penelitian ini:

1. Pengaturan kerja fleksibel berpengaruh positif signifikan terhadap keseimbangan pekerjaan dan kehidupan, artinya jika pengaturan kerja fleksibel meningkat maka keseimbangan pekerjaan dan kehidupan juga meningkat, begitu pula sebaliknya.
2. Keseimbangan pekerjaan dan kehidupan berpengaruh positif signifikan terhadap kesejahteraan pekerja, artinya jika keseimbangan pekerjaan dan kehidupan meningkat maka kesejahteraan pekerja juga meningkat, begitu pula sebaliknya.
3. Pengaturan kerja fleksibel berpengaruh positif signifikan terhadap kesejahteraan pekerja, artinya jika pengaturan kerja fleksibel meningkat maka kesejahteraan pekerja juga meningkat, begitu pula sebaliknya.
4. Keseimbangan pekerjaan dan kehidupan memoderasi hubungan antara pengaturan kerja fleksibel terhadap kesejahteraan pekerja.

5. Kestabilan Pendapatan tidak signifikan memoderasi hubungan antara keseimbangan pekerjaan dan kehidupan terhadap kesejahteraan pekerja.

B. Implikasi

1. Implikasi Teoritis

Temuan ini berkontribusi pada literatur pengaturan kerja fleksibel (*flexible working arrangement*), kesejahteraan pekerja (*employee well-being*), keseimbangan pekerjaan-kehidupan (*work-life balance*), dan kestabilan pendapatan.

- a. Penelitian ini mengonfirmasi teori yang diajukan pada penelitian yakni teori permintaan pekerjaan-sumberdaya (JDR) dan konservasi sumber daya (COR). Pengaturan kerja fleksibel dan keseimbangan pekerjaan-kehidupan bagi pekerja *gig* tidak hanya menjadi tujuan namun lebih dari itu merupakan sumberdaya yang berkontribusi pada kepuasan dan kesejahteraan pekerja.
- b. Temuan pada penelitian ini memperkuat teori determinasi diri yang menyatakan bahwa manusia memiliki tiga kebutuhan dasar psikologis yakni otonomi, kompetensi dan keterhubungan. Ditolaknya hipotesis moderasi kestabilan pendapatan dalam penelitian ini justru memperkuat relevansi *Self-Determination Theory* (Deci & Ryan, 1985).
- c. Temuan ini menegaskan bahwa kesejahteraan pekerja *gig* lebih dipicu oleh terpenuhinya kebutuhan akan otonomi melalui pengaturan kerja yang fleksibel dan keseimbangan hidup (WLB), daripada faktor material-eksternal. Hal ini membuktikan bahwa dalam ekosistem ekonomi *gig*,

kedaulatan waktu telah menjadi prediktor kesejahteraan yang lebih stabil dan dominan dibandingkan keamanan finansial itu sendiri.

- d. Penelitian ini memperkuat pandangan humanistik bahwa manusia mengejar makna dan kendali diri serta melemahkan pandangan ekonomistik yang menyebutkan bahwa manusia hanya bergerak demi stabilitas uang.

2. Implikasi Praktis

Hasil penelitian ini memiliki sejumlah implikasi praktis bagi organisasi dalam hal ini perusahaan platform pekerjaan gig untuk mengupayakan kesejahteraan pekerja sebagai langkah strategis mempertahankan eksistensi dan keberlanjutan perusahaan. Diantaranya sebagai berikut:

- a. Berdasarkan analisis model dengan melihat hasil nilai *Path Coefficient (Original Sample)*, ditemukan bahwa pengaturan kerja fleksibel (FWA) yang memberikan pengaruh paling kuat dalam meningkatkan kesejahteraan pekerja dengan nilai koefisien sebesar 0,333. Angka ini lebih tinggi dibandingkan pengaruh keseimbangan pekerjaan-kehidupan (WLB) terhadap kesejahteraan yang sebesar 0,178. Bagi pekerja gig, fleksibilitas adalah identitas, mereka memilih pekerjaan ini justru demi fleksibilitasnya sehingga keberadaan pengaturan kerja fleksibel memberikan dampak psikologis langsung yang lebih besar terhadap kesejahteraan mereka dibandingkan variabel lainnya.
- b. Kontribusi keseimbangan pekerjaan-kehidupan yang rendah pada penelitian ini mengindikasikan bahwa ada kemungkinan pekerja gig merasa bahwa bekerja tanpa henti (selama masih tetap fleksibel) adalah hal yang wajar.

Pekerja perlu membangun *Boundary Management* (Manajemen Batasan) yang lebih ketat. Jadi, meskipun mereka bebas bekerja kapan saja namun mereka harus menetapkan waktu berhenti dan istirahat yang sakral agar manfaat keseimbangan pekerjaan-kehidupan terhadap kesejahteraan bisa meningkat. Dengan demikian, perusahaan platform disarankan untuk terus mengembangkan fitur yang memudahkan pekerja mengatur waktu mereka sendiri seperti fitur *auto-bid* (otomatis mulai-selesai) atau *smart scheduling* yang dapat dijadwalkan oleh pekerja atau tombol *on-off* tanpa pinalti agar pekerja gig dapat terhindar dari kelebihan kerja dan *burnout*.

Manfaat praktis dari penelitian ini juga dapat dirasakan pekerja gig yang memanfaatkan fasilitas pengaturan kerja fleksibel sebagai sumber pekerjaan utama sehingga perlu mendapat perhatian lebih lanjut, diantaranya sebagai berikut:

- a. Pekerja gig harus secara sadar menciptakan batasan (*boundary setting*) antara waktu bekerja dan waktu pribadi. Untuk mencapai keberhasilan kesejahteraan tidak hanya bergantung pada bebasnya waktu kerja, tetapi seberapa efektif mereka memisahkan urusan rumah tangga dari urusan pekerjaan.
- b. Pekerja gig harus berfokus pada keseimbangan bukan sekadar pendapatan. Pada penelitian ini kestabilan pendapatan ditemukan tidak memoderasi kesejahteraan, pekerja disarankan untuk tidak mengorbankan waktu

istirahat secara berlebihan demi mengejar bonus, karena kepuasan hidup jangka panjang lebih ditentukan oleh keseimbangan peran.

Sedangkan bagi pemerintah dan pembuat kebijakan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi sebagai bahan pertimbangan, diantaranya sebagai berikut:

- a. Pemerintah perlu mempertimbangkan kebijakan perlindungan pekerja gig yang tidak hanya fokus pada standar upah, tetapi juga pada hak-hak fleksibilitas yang sehat, seperti jaminan hak untuk *disconnect* (berhenti bekerja/mematikan aplikasi) tanpa mendapatkan sanksi algoritma dari platform.

C. Keterbatasan Penelitian dan Rekomendasi

Meskipun penelitian ini telah memaparkan kajian literatur dan memberikan wawasan yang luas mengenai kesejahteraan pekerja gig, akan tetapi penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Keterbatasan yang pertama dari penelitian ini adalah rentang waktu penelitian, penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* di mana pengambilan data hanya dilakukan pada satu titik waktu tertentu yakni pada bulan november tahun 2025. Hal ini membatasi kemampuan penelitian dalam menangkap dinamika perubahan perilaku dan kesejahteraan pekerja gig yang sangat fluktuatif dari waktu ke waktu. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat meneliti secara longitudinal untuk melihat konsistensi hubungan antar variabel dan menangkap tren perubahan kesejahteraan dalam jangka panjang.

Kedua, penelitian ini menggabungkan berbagai jenis pekerja gig, baik yang berketerampilan rendah (*low-skilled gig*) maupun berketerampilan tinggi (*high-skilled gig*) ke dalam satu kelompok sampel. Dengan demikian, hasil penelitian yang disama-ratakan meskipun dari karakteristik, motivasi dan preferensi kedua kelompok ini kemungkinan besar berbeda. Saran untuk penelitian selanjutnya yakni melakukan studi komparatif atau memisahkan kategori pekerjaan tersebut untuk melihat perbedaan perilaku dan persepsi kesejahteraan yang lebih spesifik di antara keduanya.

Ketiga, variabel kestabilan pendapatan dalam studi ini hanya diukur berdasarkan data pendapatan tiga bulan terakhir. Rentang waktu ini mungkin belum cukup merepresentasikan fluktuasi pendapatan yang sebenarnya dalam ekonomi *gig* yang sangat dipengaruhi oleh musim atau tren pasar. Penelitian berikutnya diharapkan dapat memperluas cakupan data pendapatan menjadi enam bulan atau satu tahun terakhir untuk mendapatkan gambaran stabilitas finansial yang lebih akurat dan komprehensif.

Keempat, keterbatasan variabel moderasi dimana penelitian ini hanya memfokuskan pada aspek material (kestabilan pendapatan) sebagai variabel moderasi. Mengingat faktor ini ditemukan tidak signifikan, terdapat peluang besar bahwa variabel non-materiil atau aspek psikologis internal lebih berperan dalam memoderasi kesejahteraan. Saran untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengeksplorasi variabel lain seperti regulasi diri (*self-regulation*), kesadaran penuh (*mindfulness*), kepribadian *openness*, atau upaya peningkatan keterampilan (*upskilling*) sebagai faktor moderasi potensial.