

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan keluarga dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal yang bekerja. Hal tersebut dapat dilihat pada koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) sebesar -0,691 dengan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,050$ ). Yang membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan keluarga dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal yang bekerja. Semakin tinggi dukungan keluarga maka cenderung semakin rendah tingkat *quarter life crisis* pada dewasa awal yang bekerja. Begitupun sebaliknya semakin rendah dukungan keluarga maka cenderung semakin tinggi tingkat *quarter life crisis* pada dewasa awal yang bekerja. Sedangkan pada hasil kategorisasi dapat diketahui bahwa sebagian besar dewasa awal yang bekerja memiliki tingkat dukungan keluarga yang cenderung sedang dengan persentase subjek sebesar 51% dan tingkat *quarter life crisis* yang cenderung sedang juga dengan persentase 75%. Hasil penelitian ini juga memperoleh nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,478 yang menunjukkan bahwa variabel dukungan keluarga menunjukkan kontribusi 47,8% terhadap *Quarter life crisis* dan sisanya sebesar 52,2% dipengaruhi oleh beberapa faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti kehidupan pekerjaan, kemampuan intelektual, moral, emosi, afeksi, tradisi, dan budaya.

## B. Saran

Saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Bagi Subjek

Bagi dewasa awal yang bekerja, penelitian ini dapat menjadi acuan dalam mengatasi beragam permasalahan dalam masa perkembangan dewasa awal/*emerging adulthood* yang sering dialami oleh individu dewasa awal yang bekerja, terutama dalam kaitan dengan aspek-aspek psikologis yang mampu memicu terjadinya *quarter life crisis*, dengan cara mengoptimalkan beberapa dukungan keluarga seperti dukungan instrumental, dukungan emosional, dukungan penghargaan, dan dukungan informatif. Sehingga mampu menurunkan *quarter life crisis* pada dewasa yang bekerja. Dengan demikian, diharapkan individu dewasa awal yang bekerja tidak ragu meminta dukungan dari keluarga dan bantuan-bantuan tersebut yang nantinya akan membantu individu-individu dalam menghadapi *quarter life crisis*.

### 2. Bagi Keluarga

Bagi keluarga, sebagai unit terkecil yang mempunyai andil yang besar dalam mengurangi *quarter life crisis* pada individu dewasa awal yang bekerja agar tidak sungkan untuk memberikan bantuan pada individu-individu yang sedang berada pada masa perkembangan dewasa awal/*emerging adulthood*. Individu berada pada tahap perkembangan dewasa awal butuh untuk mengadakan diskusi, tukar pikiran, dan bercerita dengan anggota keluarga lainnya untuk mengurangi kecemasan yang sedang dialami. Oleh karena itu,

dukungan keluarga sangat dibutuhkan bagi individu dewasa awal yang bekerja.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini juga memperoleh nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,478 yang menunjukkan bahwa variabel dukungan keluarga menunjukkan kontribusi 47,8% terhadap *quarter life crisis* dan sisanya sebesar 52,2% dipengaruhi oleh beberapa faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti kehidupan pekerjaan, kemampuan intelektual, moral, emosi, afeksi, tradisi, dan budaya. Sehingga peneliti selanjutnya diharapkan untuk menggali lebih dalam tentang teori dan faktor-faktor yang dapat memengaruhi terjadinya *quarter life crisis* dikalangan dewasa awal yang bekerja, seperti kehidupan pekerjaan, kemampuan intelektual, moral, emosi, afeksi, tradisi, dan budaya.

Kemudian saran untuk peneliti selanjutnya, diharapkan untuk menyorot secara utuh aspek-aspek *quarter life crisis* supaya lebih sesuai dengan konsep dan konteksnya, sehingga terlihat adanya simpangan-simpangan secara jelas. Dengan meniti beratkan titik fokus permasalahan krisis seperempat abad, lalu dikaitkan dengan tugas perkembangannya. Selanjutnya ketika menggali permasalahan temuan dari data awal wawancara, diharapkan tidak mengarahkan pertanyaan kepada responden. Biarkan apa adanya data saja, tanpa adanya tendensi memperdalam di sebuah sisi. Terakhir saat penyusunan skala, diharapkan konten aitem lebih difokuskan pada subjek penelitian. Kemudian juga menghindari pertanyaan yang umum, karena akan menjadi peluang atau maksud respon yang dimaknai berbeda oleh responden.