

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan sesuai dengan rumusan dan tujuan penelitian ini bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Korelasi ini membuktikan bahwa efikasi diri merupakan variabel yang memiliki pengaruh terhadap kesejahteraan subjektif. Semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki wanita lajang yang bekerja maka akan semakin tinggi kesejahteraan subjektif. Selain itu, semakin rendah efikasi diri yang dimiliki wanita lajang yang bekerja maka akan semakin rendah kesejahteraan subjektif. Terdapat sumbangan efektif efikasi diri dengan kesejahteraan subjektif pada wanita lajang yang bekerja sebesar 45,4% sementara 54,6% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Faktor lain yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif yakni dukungan sosial, kepuasan hidup, pendapatan (*income*), faktor demografi yang mencakup seperti, usia, jenis kelamin dan pendidikan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang peneliti berikan, antara lain sebagai berikut :

1. Bagi subjek

Saran untuk wanita lajang yang bekerja agar dapat memaksimalkan kehidupan sehari-hari dan merasakan kesejahteraan subjektif yang

lebih baik lagi daripada saat ini, yaitu dengan meningkatkan keyakinan atas kemampuan diri serta mengelola emosinya dengan baik.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengembangkan penelitian dapat dilakukan untuk mendalami atau memperbanyak kriteria subjek dalam penelitian, seperti dilihat dari antar suku, jenis kelamin serta perbedaan adat yang ada dalam lingkungan.