

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dalam penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara *psychological capital* dengan *work-life balance* pada mahasiswa yang bekerja. Hal tersebut diperoleh dari hasil koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = 0,440 dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,050$ ). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *psychological capital*, maka semakin tinggi pula *work-life balance* pada mahasiswa yang bekerja dan sebaliknya semakin rendah *psychological capital*, maka semakin rendah pula *work-life balance* pada mahasiswa yang bekerja.

Selanjutnya hasil analisis data menunjukkan koefisien determinasi ( $R^2$ ) diperoleh sebesar 0,194, hal ini berarti *psychological capital* memiliki sumbangan sebesar 19,4% terhadap *work-life balance* dan sisanya sebesar 80,6% dipengaruhi oleh faktor lain seperti faktor karakteristik keluarga dan faktor karakteristik pekerjaan.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka saran yang dapat diberikan adalah:

1. Bagi mahasiswa

Dari hasil penelitian, terlihat bahwa terdapat hubungan positif antara *psychological capital* dengan *work-life balance* pada mahasiswa yang bekerja.

Dengan demikian, mahasiswa disarankan untuk dapat terus-menerus menumbuhkan *psychological capital* dalam dirinya agar dapat dengan efektif dan baik dalam menjalani tiap-tiap tuntutan peran dan tanggung jawab yang dimilikinya sehingga dapat mengalokasikan waktunya dengan baik dan dapat mencapai *work-life balance*.

## 2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, jika ingin melakukan penelitian yang sejenis atau mengembangkan penelitian ini diharapkan untuk memperbanyak jumlah sampel, hal tersebut dilakukan agar persebaran data dapat terdistribusi secara normal. Selanjutnya diharapkan penelitian lebih memperhatikan jumlah aitem tiap dimensinya serta disarankan untuk meneliti dari subjek lain dan dapat meneliti faktor lainnya dari *work-life balance* seperti faktor karakteristik pekerjaan dan keluarga.