

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pada hasil penelitian yang diperoleh, dapat diketahui bahwa kemampuan resiliensi yang baik sangat penting bagi wanita karier dengan peran ganda. Dengan kemampuan resiliensi, seorang wanita karier dapat bertahan dalam menjalani permasalahan-permasalahan pada kedua peranan dalam kehidupannya serta bangkit dari situasi-situasi sulit untuk kemudian menjadi lebih kuat dan berdaya.

Kemampuan resiliensi yang baik akan menjadikan para wanita karier dengan peran ganda yang merupakan subjek dalam penelitian ini memiliki kemampuan dalam meregulasikan emosi dengan baik, kemampuan dalam mengendalikan impuls dari dalam diri, membentuk sifat optimis, memiliki fleksibilitas kognitif dengan berpikir menggunakan metode *causal analysis*, memiliki rasa empati yang tinggi, memiliki keyakinan akan kemampuan efikasi diri, dan meraih pencapaian dalam hidupnya. Hal-hal tersebut sejalan dengan aspek-aspek yang terdapat pada resiliensi.

Subjek dalam penelitian ini diharuskan secara tidak langsung menggemban dua peranan sekaligus dalam kehidupan sehari-hari bukanlah hal yang mudah untuk dijalankan secara bersamaan, terdapat berbagai

permasalahan dan tantangan yang seringkali di temui dalam lingkup keluarga dan pekerjaan. Subjek dituntut untuk memiliki kemampuan dalam memposisikan diri dan membagi waktu pada kedua peranan yakni menjadi istri sekaligus ibu dalam lingkup keluarga dan rumah tangga serta menjadi pegawai pada lingkup pekerjaan.

Subjek Parinem dengan latar belakang sebagai pegawai negeri di Balai Tenaga Kerja Yogyakarta yang telah berada pada tahun ke delapan mengakui bahwa pada tahun-tahun awal bekerja dirinya menemui kesulitan untuk beradaptasi dan membagi waktu antara keluarga dan pekerjaan yang pada akhirnya membuat dirinya tidak maksimal dalam menyeimbangkan kedua peranan menimbulkan masalah dengan anak dan instansi tempatnya bekerja. Pada subjek Rahmiyati dengan latar belakang sebagai pegawai Dirjen Pajak yang telah berada pada tahun ke dua belas merasakan kesulitan dengan kebijakan instansi yang mengharuskan dirinya ditempatkan pada regional kantor yang berbeda dengan suami dan keluarganya selama tiga tahun, membuatnya kesulitan untuk hadir secara penuh untuk keluarga. Pada subjek Ratri dengan latar belakang guru SMK pada tahun ke dua bekerja merasakan kesulitan dalam menyeimbangkan diri pada kedua peranan mengingat dirinya memiliki bayi yang masih berusia sembilan bulan, hal ini seringkali menjadi hambatan bagi dirinya untuk beraktifitas mengerjakan pekerjaan rumah dan sekolah hingga mendapatkan teguran dari kepala sekolah tempatnya bekerja.

Keadaan yang dialami oleh subjek dalam penelitian harus memiliki kemampuan yang baik dalam mengelola waktu antara keluarga dan pekerjaan agar keduanya dapat berjalan dengan baik dan tidak hanya terfokus pada satu peranan saja karena hal ini dapat menimbulkan masalah. Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, masalah-masalah yang seringkali ditemui adalah jika subjek hanya berfokus pada keluarga maka cenderung berdampak memberikan performa dan kinerja buruk di tempat kerja, begitupun ketika subjek memutuskan untuk fokus pada pekerjaan seringkali berdampak pada kerenggangan hubungan dengan keluarga.

Seiring berjalannya waktu, setelah melakukan proses pengambilan data penelitian, hasil yang didapatkan adalah ketiga subjek dalam penelitian ini mampu membentuk kemampuan resiliensi yang baik, dimana ketiganya dengan latar belakang usia, pekerjaan, ekonomi, dan lingkungan yang berbeda-beda mampu mengaplikasikan ke-tujuh aspek-aspek resiliensi dalam kehidupan keluarga dan pekerjaan sebagai wanita karier dengan peran ganda. Hal ini telah dijabarkan dengan jelas pada data hasil dan pembahasan yang diperoleh dari masing-masing subjek penelitian. Selain itu, berdasarkan pada observasi yang dilakukan saat wawancara belangsung, ketiga subjek hadir dengan memperlihatkan keadaan yang baik dan sangat berdaya, terlebih ketika menceritakan pengalaman-pengalaman yang telah berhasil dilalui sebelumnya memperlihatkan bahwa ketiganya mereka merasa bangga pada diri sendiri karena telah berhasil melewati fase sulit dalam hidupnya.

Selain aspek-aspek resiliensi, subjek dalam penelitian ini percaya bahwa dengan adanya dukungan dari keluarga dan religiusitas yang tinggi mereka optimis mampu dalam menjalani peranan ganda dalam kehidupan, menghadapi permasalahan dan tantangan yang seringkali ditemui, serta bangkit kembali dan menjadi individu yang lebih berdaya dengan belajar dan mengambil hal-hal positif dari permasalahan dan tantangan yang telah berhasil dilalui.

## **B. Saran**

Dengan rampungnya penelitian ini, adapun saran yang diberikan pada penelitian ini sebagai berikut :

### **1. Saran untuk Wanita Karier dengan Peran Ganda**

Bagi para wanita karier dengan peran ganda yang saat ini sedang mengalami kondisi dan *struggle* yang sama dengan apa yang dibagikan dan dikemukakan oleh para subjek yang terlibat dalam penelitian ini, semoga dapat memetik poin positif dan mencontoh solusi yang baik dalam menghadapi permasalahan serupa seperti meningkatkan religiusitas, menjalin hubungan yang baik dan lekat dengan keluarga, mengasah kemampuan dalam mengelola waktu, dan senantiasa optimis dalam menghadapi segala permasalahan yang ada.

## 2. Saran untuk Lingkungan Sekitar

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber literasi yang membantu masyarakat mengetahui dan memahami latar belakang, motivasi, dan *struggle* pada wanita karier dengan peran ganda. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan bagi instansi-instansi agar kemudian dapat membuat kebijakan dan aturan yang ramah bagi wanita karier dengan peran ganda.

## 3. Saran untuk penelitian selanjutnya

Saran untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat menambahkan perhitungan tinggi atau rendahnya aspek-aspek yang membentuk kemampuan resiliensi pada wanita karier dengan peran ganda.