

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara konflik pekerjaan keluarga dengan kepuasan pernikahan pada Ibu bekerja yang memiliki satu anak dengan usia dibawah 3 tahun. Yang mana semakin rendah konflik pekerjaan keluarga yang dialami, maka kepuasan pernikahan yang dirasakan cenderung tinggi. Begitu juga sebaliknya, semakin tinggi konflik pekerjaan keluarga yang dialami maka kepuasan pernikahan yang dirasakan cenderung rendah. Berdasarkan pengolahan data yang dilakukan pada penelitian ini, menunjukkan bahwa variabel konflik pekerjaan keluarga memiliki kontribusi sebesar 18.3% dalam menurunkan tingkat kepuasan pernikahan pada ibu bekerja yang memiliki satu anak dengan usia dibawah 3 tahun, dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lainnya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka saran yang dapat diberikan antara lain:

1. Bagi Subjek Penelitian

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan dapat digunakan untuk meningkatkan kepuasan pernikahan pada ibu bekerja yang memiliki satu anak dengan usia dibawah 3 tahun. Kepuasan pernikahan dapat ditingkatkan dengan cara mengontrol penurunan tingkat konflik pekerjaan keluarga. Penurunan

tingkat konflik pekerjaan keluarga dapat dilakukan dengan membagi tanggungjawab dengan pasangan atau meminta bantuan orang lain seperti *babysister* untuk mengasuh anak, mengontrol tanggungjawab masing-masing secara berkelanjutan tidak hanya saat timbul konflik, menggunakan koping tindakan atau mencari bantuan ketika terjadi masalah, menerima dukungan emosional dari pasangan atau keluarga, membatasi penggunaan *smartphone* saat dirumah, pengaturan waktu lebih fleksibel khususnya saat menghadapi anak, dan memaksimalkan penggunaan *telecommuting* untuk menyelesaikan pekerjaan.

2. Saran Kepada Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya yang memiliki minat untuk melakukan penelitian serupa atau melakukan pengembangan penelitian, sebaiknya perlu memperhatikan beberapa hal yaitu :

- a. Variabel konflik pekerjaan keluarga alangkah lebih baiknya apabila mempertimbangkan hubungan dimensi konflik pekerjaan-ke-keluarga dan dimensi konflik keluarga-ke-pekerjaan dengan kepuasan pernikahan secara terpisah untuk mengetahui dimensi konflik pekerjaan keluarga yang memberikan kontribusi paling banyak pada kepuasan pernikahan.
- b. Memperhatikan kriteria subjek yang mana dalam penelitian ini Ibu bekerja belum spesifik seperti bekerja dalam sektor manajerial maupun sektor profesional.
- c. Memperhatikan proses pengambilan data, hal ini dikarenakan dalam penelitian ini dilakukan tidak hanya dengan cara angket kertas tetapi

menggunakan cara angket online yang memiliki kemungkinan kondisi psikis subjek tidak dipertimbangkan dengan baik.