

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini, peneliti akan memaparkan kesimpulan mengenai hasil interpretasi dan analisis yang telah dilakukan pada bab sebelumnya beserta saran yang bernilai praktis dan terarah sesuai dengan hasil penelitian.

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data yang telah dilakukan mengenai gambaran tingkat *psychological well being* pada karyawan kontrak di perusahaan “X” Jakarta yang ditinjau dari dimensi-dimensinya, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

- 1) Karyawan kontrak di perusahaan “X” Jakarta memiliki tingkat dimensi-dimensi *psychological well being* yang tergolong rendah, karena hampir 50% - 56,7% karyawan kontrak menghayati tiap demensinya rendah.
- 2) Karyawan kontrak yang memiliki tingkat dimensi-dimensi *psychological well being* tergolong rendah diurutkan dari persentase terbanyak adalah *positive relationship with others, autonomy, purpose in life, personal growth, self acceptance dan environmental mastery*.

- 3) Berdasarkan hasil uji korelasi, didapatkan tiga hubungan yang signifikan yaitu *autonomy* dan *positive relationship with others* (hubungan erat), *autonomy* dan *self acceptance* (hubungan erat) serta *autonomy* dan *purpose in life* (hubungan moderat).

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Saran Teoretis**

- 1) Untuk memperoleh gambaran utuh tentang *psychological well-being* pada karyawan kontrak sebaiknya faktor-faktor yang memengaruhinya turut dijadikan sebagai variabel utama, yang kemudian diuji kekuatan pengaruhnya melalui uji analisis regresi.
- 2) Untuk melengkapi temuan *psychological well-being* pada karyawan kontrak, maka metode pengambilan data selain menggunakan *self-report* yang dijaring melalui kuesioner, sebaiknya disertai juga dengan wawancara sehingga kekuatan dan kelemahan setiap dimensi *psychological well-being* akan terjaring dengan utuh.

### **5.2.2 Saran Guna Laksana**

Bagi karyawan kontrak yang memiliki *psychological well being* yang rendah diharapkan agar dapat memanfaatkan segala kesempatan yang ada di lingkungan tempat bekerja dengan efektif guna pengembangan diri dan menyejahterakan kehidupannya.