

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat ditarik kesimpulan bahwa:

- Tidak terdapat perbedaan *subjective well-being* antara ibu bekerja dan ibu tidak bekerja, yaitu tidak terdapat perbedaan *subjective well-being* ibu bekerja dan ibu tidak bekerja. Sehingga status bekerja atau tidak bekerja yang dijalani ibu dalam kehidupannya sehari-hari tidak berhubungan dengan peluang untuk berkembangnya *subjective well-being*.
- Berdasarkan komponen-komponen *subjective well-being* yaitu kepuasan hidup, afek positif dan afek negatif yang diteliti pada ibu bekerja dan ibu tidak bekerja menunjukkan hasil tidak terdapat perbedaan. Sehingga status bekerja atau tidak bekerja yang dijalani ibu dalam kehidupannya sehari-hari tidak berhubungan dengan kepuasan hidup, afek positif dan afek negatif yang dimiliki ibu.

#### 5.2 Saran

##### 5.2.1 Saran Teoretis

Dengan adanya keterbatasan pada penelitian, penulis menyarankan apabila akan dilakukan penelitian serupa, kriteria sampel perlu diperjelas dengan batasan-batasan yang jelas, serta untuk menggali data sosiodemografi yang lebih luas dari responden, diantaranya data pendapatan, kepuasan bekerja, kepuasan pernikahan,

dan tipe kepribadian sehingga mendapatkan gambaran responden yang lebih lengkap.

### 5.2.2 Saran Praktis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi kepada ibu bekerja dan ibu tidak bekerja mengenai *subjective well-being* yang dimiliki, agar berdampak positif untuk perkembangan diri di pekerjaannya, kehidupan pernikahan dan keluarga. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bahan informasi kepada keluarga dengan ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja mengenai *subjective well-being* agar anggota keluarga dapat memahami dampak *subjective well-being* pada hubungan pernikahan dan keluarga, serta cara meningkatkan *subjective well-being* ibu bekerja dan ibu tidak bekerja. Hasil penelitian ini juga memberikan informasi kepada masyarakat mengenai cara meningkatkan *subjective well-being*, yaitu dengan memenuhi kebutuhan dasar individu. Selain itu, individu juga perlu mengevaluasi suatu kejadian dengan cara yang positif.