

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisa penelitian, perhitungan dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik kepribadian kesungguhan, dukungan sosial dan *quarter life crisis*:
 - a. Berdasarkan hasil deskripsi data penelitian, didapatkan hasil kategori kepribadian kesungguhan pada dewasa awal di Pengasinan Bekasi berada pada kategori sedang.
 - b. Berdasarkan hasil deskripsi data penelitian, didapatkan hasil kategori dukungan sosial pada dewasa awal di Pengasinan Bekasi berada pada kategori sedang.
 - c. Berdasarkan hasil deskripsi data penelitian, didapatkan hasil kategori *quarter life crisis* pada dewasa awal di Pengasinan Bekasi berada pada kategori sedang.
2. Adapun hasil pengujian hipotesis pada penelitian ini adalah sebagai berikut:
 - a. Adanya hubungan negatif yang signifikan antara kepribadian kesungguhan dengan *quarter life crisis*.
 - b. Adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis*.
 - c. Adanya pengaruh kepribadian kesungguhan dan dukungan sosial terhadap *quarter life crisis*.

B. Saran

Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini masih terdapat banyak kekurangan. Namun, diharapkan menjadi bahan pembelajaran bagi peneliti maupun bagi peneliti selanjutnya. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa saran yang dapat bermanfaat untuk penelitian selanjutnya, yaitu:

1. Bagi Individu

Bagi individu dewasa awal yang sedang mengalami *quarter life crisis*, diharapkan untuk meningkatkan kemampuan berfikir positif, lebih disiplin, memiliki perencanaan, tidak menunda-nunda tugas dan pekerjaan, tetap yakin dan berusaha untuk tidak menyerah agar terhindar dari permasalahan sehari-hari yang dapat memicu distress psikologis ketika menghadapi hal-hal yang tidak menyenangkan.

2. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat agar lebih peka, membuka peluang dan tidak melabeli kesuksesan individu dilihat dan diukur dari usia karena masing-masing individu memiliki waktu yang tepat untuk sukses. Bagi masyarakat untuk tetap memberikan dukungan apapun pilihan individu di masa dewasa awal sejauh pilihan itu tidak merugikan masyarakat.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi *peneliti* lain yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan topik yang sama dapat mengadakan pelatihan yang dapat mengurangi kecemasan pada individu yang sedang mengalami *quarter life crisis*, ketika lingkungan tidak nyaman individu tetap bisa berfikir positif dan asertif sehingga dapat menurunkan tingkat *quarter life crisis* yang sedang dialami oleh individu pada masa dewasa awal.