

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan mengenai hasil penelitian sebagai berikut :

1. Tingkat religiusitas pada dewasa awal di Pengasinan Bekasi berada ditingkat sedang yaitu sebanyak 66 responden
2. Tingkat harga diri pada dewasa awal di Pengasianan Bekasi berada ditingkat sedang yaitu sebanyak 75 responden
3. Tingkat *quarter life crisis* pada dewasa awal di Pengasinan Bekasi berada ditingkat sedang yaitu sebanyak 89 responden
4. Terdapat hubungan negatif antara religiusitas dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal di Pengasinan. Artinya, semakin tinggi religiusitas yang dimiliki, maka semakin rendah *Quarter Life Crisis* yang dialaminya
5. Terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal di Pengasinan. Artinya, semakin tinggi harga diri yang dimiliki, maka semakin rendah *Quarter Life Crisis* yang dialaminya
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dan harga diri dengan *quarter life crisis* pada dewasa di Pengasinan. Religiusitas dan harga diri memberikan sumbangan pengaruh sebesar 30,2% terhadap *quarter life crisis*

B. Saran

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

1. Bagi Dewasa Awal

Penting bagi dewasa awal untuk mengetahui *Quarter Life Crisis* dengan membaca jurnal, artikel, tau buku-buku pengembangan diri.

Adapun saran dari penulis bagi dewasa awal yang berada di fase *quarter life crisis*, diantaranya :

- a. Meningkatkan religiusitas seperti meningkatkan ilmu keagamaan, mengikuti kegiatan keagamaan dan menggunakan kitab suci sebagai pedoman kehidupan sehari-hari
 - b. Berusaha mengenali diri sendiri
 - c. Berhenti membandingkan diri sendiri dengan orang lain karena setiap orang memiliki waktu yang tepat.
2. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti lain yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan topik yang sama dapat mengadakan pelatihan koping religius dan pelatihan berpikir optimis untuk menurunkan tingkat *quarter life crisis*