

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan uraian pembahasan yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa Psikologi tingkat Akhir Universitas Jambi dengan koefisien korelasi sebesar -0.212, yang berarti variabel dukungan sosial keluarga dan variabel *quarter life crisis* saling berkorelasi negatif Sehingga semakin tinggi dukungan sosial keluarga, maka semakin rendah *quarter life crisis*-nya, begitu pula sebaliknya. Hal ini berarti hipotesis dalam penelitian ini diterima.
2. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, rata-rata tingkat dukungan sosial keluarga berada pada kategori sedang. Sebanyak 46 orang dari keseluruhan subjek penelitian mendapatkan dukungan sosial keluarga dengan persentase 36,22%.
3. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, rata-rata tingkat *quarter life crisis* pada mahasiswa Psikologi tingkat akhir berada pada kategori sedang. Sebanyak 47 orang dari keseluruhan subjek penelitian mengalami *quarter life crisis* dengan persentase 37%.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran antara lain sebagai berikut:

1. Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat lebih meningkatkan pemahaman terkait *quarter life crisis* sehingga dapat memahami dampak yang ditimbulkan dan dapat membantu individu yang mengalami untuk mencari jalan keluar.

2. Bagi Responden Penelitian

Bagi mahasiswa yang telah mengetahui hasil penelitian ini, diharapkan dapat mencari dukungan sosial terutama dari orang terdekat seperti keluarga atau saudara sehingga dapat membantu apabila mengalami *quarter life crisis*.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini hanya berfokus pada hubungan dukungan sosial keluarga mahasiswa Psikologi tingkat akhir Universitas Jambi dengan tingkat *quarter life crisis* mereka. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan lingkup penelitian dengan memilih variabel lain yang memiliki hubungan dengan variabel *quarter life crisis*. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat peneliti subjek dari jurusan lain bukan hanya pada mahasiswa Psikologi.