

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

- a. Berdasarkan uji hipotesis menggunakan korelasi *pearson Product Moment*, terdapat hubungan antara *quarter life crisis* dengan dukungan sosial pada *emerging adulthood* di Kota Bekasi Utara dengan arah hubungan negatif.
- b. *Quarter life crisis* berada pada kategori rendah, Individu dinilai tidak terlalu cemas akan masa depan karena memiliki dukungan sosial yang cukup tinggi.
- c. Dukungan sosial berada pada kategori tinggi, Individu cukup mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitarnya sehingga Individu tidak merasakan cemas berlebih saat melalui fase *quarter life crisis*.

5.2. Saran

Dalam pelaksanaannya, penelitian ini memiliki kekurangan. Maka dari itu peneliti mempunyai saran :

5.2.1. Saran Praktis

Bagi Individu yang memiliki dukungan sosial dengan kategori tinggi diharapkan dapat mempertahankannya, sehingga fase *quarter life crisis* yang sedang dialaminya tetap berada pada kategori rendah.

5.2.2. Saran Teoritis

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor lain yang memiliki hubungan dengan variabel *quarter life crisis* pada *emerging adulthood* seperti tantangan akademik, identitas diri, kematangan karir, dan lainnya. Sehingga dapat dijadikan referensi pada bidang psikologi positif maupun psikologi sosial. Kemudian penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai ilmu pengetahuan bagi masyarakat luas yang membutuhkan penelitian dengan topik yang serupa.