

BAB V **KESIMPULAN DAN SARAN**

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan data yang didapat, maka peneliti mendapatkan Kesimpulan sebagai berikut:

1. Kategori *work-life balance* pada pekerja yang sudah menikah dalam kategori sedang yang artinya subjek belum dapat menjalankan kedua perannya dengan baik dan seimbang.
2. *Work-life balance* pada pekerja yang sudah menikah ditinjau dari jenis kelamin tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan, yang artinya Baik pria maupun wanita memiliki hak yang sama untuk mendapatkan *work-life balance*.
3. Dari keempat aspek *work-life balance*, aspek *work enhancement or personal life* memiliki skor tertinggi yang artinya pekerja yang sudah menikah memiliki 2 peran berbeda yang dijalani secara bersamaan dan memiliki beban yang berbeda-beda. Jika kedua peran tersebut tidak berjalan secara baik maka akan memunculkan konflik yang dapat mempengaruhi *work-life balance* pada pekerja yang sudah menikah.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan para individu kelompok usia dewasa yang sudah menikah dan bekerja agar tetap memperhatikan keseimbangan antara pekerjaan dan aktifitas sehari-hari. Penelitian ini juga diharapkan dapat menambah informasi dalam ruang lingkup psikologi sosial

5.2.2 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya, peneliti dapat mengkaitkan variabel *work-life balance* dengan variabel lainnya agar mendapat hasil

yang lebih komprehensif. Peneliti juga dapat menambahkan jumlah responden agar lebih representatif.



