

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan *social comparison* memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap kondisi *quarter life crisis* pada perempuan dewasa awal di Kota Samarinda, yaitu semakin tinggi tingkat *social comparison* maka semakin tinggi kondisi *quarter life crisis*, begitu juga sebaliknya semakin rendah *tingkat social comparison* maka semakin rendah kondisi *quarter life crisis*.

B. Saran

1. Saran teoritis

- a. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian menggunakan variabel lainnya di luar penelitian ini.
- b. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian dengan kriteria subjek yang berbeda yaitu pada subjek laki-laki, sehingga didapatkan perbedaan antara *social comparison* dan *quarter life crisis* antara laki-laki dengan perempuan.
- c. Pada penelitian ini, pengumpulan data dilakukan secara daring sehingga peneliti menyarankan untuk melakukan pengumpulan data secara luring, sehingga dapat mengurangi kemungkinan subjek tidak memahami item pada setiap pernyataan, menjawab dengan tidak serius dan kesulitan lainnya.
- d. Penyebaran kuesioner tidak merata sehingga sampel dengan karakteristik tertentu tidak didapatkan dengan jumlah yang relatif sama,

sehingga disarankan untuk menyebarkan kuesioner dengan merata agar dapat dilakukan perbandingan dengan karakteristik tertentu.

2. Saran Praktis

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa tingkat *social comparison* dan *quarter life crisis* pada perempuan dewasa awal di Kota Samarinda termasuk pada kategori sedang, sehingga disarankan bagi individu dewasa awal terutama perempuan dewasa awal untuk meningkatkan kepercayaan diri dengan cara tidak membandingkan diri dengan orang lain dan menghargai diri sendiri. Selain itu, individu juga disarankan untuk melakukan eksplorasi pada kemampuan diri dan menjalin relasi pertemanan sehingga dapat melewati fase *quarter life crisis* dengan baik.