

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil uji regresi linier sederhana didapatkan nilai signifikansi $0.03 < 0.05$, artinya H_0 diterima bahwa ada pengaruh konflik peran ganda terhadap *psychological well-being* pada guru wanita di SMK se-kecamatan Karawang Barat selama masa pandemi covid-19. Dengan persamaan regresi $Y = 69.927 - 0.112X$ artinya setiap kenaikan 1% pada konflik peran ganda maka *psychological well-being* akan menurun sebesar -0.112. Koefisien bernilai negatif yang berarti bahwa adanya kontribusi negatif antara variabel konflik peran ganda terhadap *psychological well-being*, semakin tinggi tingkat konflik peran ganda maka semakin rendah tingkat *psychological well-being*.
2. Berdasarkan hasil uji determinasi menunjukkan bahwa pengaruh variabel konflik peran ganda terhadap *psychological well-being* adalah sebesar 4.5%. Sedangkan sisanya sebesar 95.5% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.
3. Berdasarkan uji kategorisasi diperoleh konflik peran ganda yang dirasakan mayoritas responden ada pada kategori tinggi dengan persentase 64.3%. Dan Kategorisasi pada *psychological well-being* diperoleh bahwa mayoritas responden ada di kategori sedang dengan persentase 83.9%. Artinya, mayoritas responden tidak dapat menghadapi konflik peran yang muncul di keluarga dan pekerjaan.

B. Saran

1) Bagi responden penelitian

Dari hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis, kemudian hasil uji kategorisasi menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat konflik peran ganda yang tinggi dan *psychological well-being* yang sedang, maka diharapkan responden mampu meningkatkan kesejahteraan psikologisnya agar mampu menyeimbangkan antara tuntutan pekerjaan dan keluarga agar konflik peran yang dirasakan dapat diselesaikan dengan baik sehingga dapat mengoptimalkan peran pada pekerjaan dan keluarga.

2) Bagi Instansi dan Keluarga

Bagi instansi agar dapat mengembangkan kebijakan yang efektif bagi guru perempuan untuk meningkatkan kapasitas mereka sebagai guru. Bagi keluarga, mendukung responden untuk berkarir, membangun kedekatan secara personal melalui komunikasi yang baik.

3) Bagi penelitian selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengembangkan penelitian mengenai konflik peran ganda dengan *psychological well-being* dengan variabel yang lain yang terindikasi 95.5% dalam penelitian ini, misalnya dukungan sosial, religiusitas, pengalaman hidup dan lainnya.