

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa 102 dari 105 karyawan kontrak PT X memiliki *subjective well being* yang termasuk dalam kategori rendah, lalu terdapat perbedaan tingkat *subjective well being* yang dimiliki oleh karyawan kontrak laki-laki dan perempuan, yaitu dibuktikan dengan tingkat *subjective well being* perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, penulis memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi karyawan kontrak

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai evaluasi diri dalam meningkatkan *subjective well being* dengan cara melihat segala sesuatu dengan positif dan berani menghadapi tantangan

2. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat menambah jumlah subjek penelitian, dan menambahkan satu variabel lain