

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan data yang diperoleh dan telah dianalisis, dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara harga diri dengan kecemasan memilih pasangan hidup pada wanita usia dewasa awal yang mengalami *quarter life crisis*. Hubungan yang terjadi bersifat negatif yang berarti semakin tinggi harga diri pada wanita dewasa awal yang mengalami *quarter life crisis* maka semakin rendah kecemasannya dalam memilih pasangan hidup. Sebaliknya, apabila semakin rendah harga diri pada wanita dewasa awal yang mengalami *quarter life crisis* maka semakin tinggi kecemasannya dalam memilih pasangan hidup.

#### 5.2 Saran

##### 5.2.1 Bagi Responden Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan masukan kepada responden yaitu wanita dewasa awal yang mengalami *quarter life crisis* bahwa untuk meminimalisir rasa cemas dalam memilih pasangan hidup dapat dilakukan dengan mengembangkan hubungan interpersonal yang baik termasuk dengan lawan jenis. Sehingga

harga diri responden dapat meningkat dan hubungan interpersonal yang baik dapat membantu individu melalui fase *quarter life crisis*.

### **5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan sehingga bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih dalam lagi dengan mengangkat tema serupa. Salah satunya dengan menentukan kriteria yang lebih spesifik serta dalam pengambilan data lebih merata. Selain itu peneliti selanjutnya diharapkan menggunakan metode penelitian yang berbeda dari penelitian ini.