

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan data hasil uji penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa hipotesis satu ( $H_1$ ) dapat **diterima**, dimana hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara optimisme dan *fear of success* pada wanita karier yang sudah menikah di Garut dan untuk hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak. Hasil penelitian ini memperoleh nilai  $r$  sebesar  $-0,424$  yang dapat diartikan bahwa hubungan antara variabel yang diuji termasuk kedalam kategori sedang dengan arah hubungan negatif. Arah hubungan negatif ini menjelaskan bahwa semakin tinggi optimisme pada wanita karier yang sudah menikah di Garut, maka semakin rendah *fear of success* yang dialami. Begitu sebaliknya, semakin rendah optimisme pada wanita karier yang sudah menikah di Garut, maka semakin tinggi *fear of success* yang dialami.

#### B. Saran

##### 1. Bagi Subjek Penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *fear of success* yang dimiliki seorang wanita karir yang sudah menikah di Garut dimana ia memiliki kecemasan menghadapi kesuksesan atau berkembang ditempat kerja karena akan menyebabkan konsekuensi yang tidak diinginkan seperti kurangnya peran dirumah, resiko dari bertambahnya tanggung jawab dan tuntutan yang meningkat sehingga cenderung menghindari atau menutup diri dari kesempatan dalam meraih kesuksesan memiliki hubungan dengan

optimisme. Oleh karena itu, untuk menangani hal tersebut salah satunya adalah dengan meningkat optimisme dalam diri sehingga individu dapat menambah kepercayaan diri untuk menyeimbangkan peran subjek di rumah dan di tempat kerja, mampu memisahkan masalah antar peran, memiliki pandangan positif terhadap kesulitan, dan yakin akan adanya solusi, sehingga individu akan tetap merasa tenang dalam menjalankan kedua peran tersebut.

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyadari bahwa dalam pelaksanaan penelitian ini masih terdapat berbagai keterbatasan, baik dari segi waktu, metode, maupun ruang lingkup kajian. Oleh karena itu, peneliti berharap agar penelitian selanjutnya dapat mengembangkan studi ini secara lebih mendalam, menggunakan pendekatan dan variabel yang lebih luas, sehingga memperoleh hasil yang lebih komprehensif dan aplikatif.

Peneliti menyarankan agar penelitian selanjutnya dapat lebih memperhatikan dan mengontrol kriteria responden secara lebih ketat, khususnya terkait status pernikahan, jumlah anak, dan jam kerja. Hal ini penting dilakukan karena faktor-faktor tersebut dapat memengaruhi tingkat optimisme dan *fear of success*, sehingga hasil yang diperoleh akan lebih akurat dan representatif. Selain itu, berdasarkan besaran kontribusi korelasi variabel optimisme terhadap variabel *fear of success* sebesar 18%, disarankan untuk penelitian selanjutnya menambah atau menggunakan variabel lain yang dapat mempengaruhi *fear of success* pada wanita karir

yang sudah menikah melalui memperkaya kajian teoritis dengan menelaah lebih banyak literatur yang relevan, khususnya penelitian-penelitian terdahulu yang membahas mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi *fear of success*.

### 3. Bagi Instansi Perusahaan

Lembaga atau perusahaan diharapkan memberikan perhatian lebih terhadap kesejahteraan psikologis karyawan perempuan, khususnya bagi wanita karier yang telah menikah, yang berpotensi mengalami konflik peran dan *fear of success*. Perusahaan dapat mendukung mereka melalui penyediaan program pelatihan dan pengembangan diri yang berfokus pada peningkatan optimisme, seperti pelatihan manajemen stres, peningkatan kepercayaan diri, serta konseling psikologis di tempat kerja.

Selain itu, Perusahaan juga dianjurkan untuk mengimplementasikan kebijakan kerja yang lebih adaptif, seperti pengaturan jam kerja yang adaptif atau sistem kerja *hybrid* untuk membantu karyawati menyeimbangkan peran antara pekerjaan dan tanggung jawab rumah tangga. Melalui lingkungan kerja yang suportif dan responsif terhadap kebutuhan perempuan, perusahaan tidak hanya membantu mengurangi *fear of success*, tetapi juga dapat meningkatkan produktivitas, loyalitas, dan kepuasan kerja karyawan secara keseluruhan