

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan fenomena yang terjadi pada seorang ibu bekerja yang mengeluhkan bahwa di situasi pandemi membuat ibu tersebut menjadi lebih stress karena sulit membagi waktu antara mengurus keluarga dan mengurus pekerjaan pribadinya maka pada penelitian ini bertujuan untuk menganalisa lebih dalam tentang hubungan antara *self esteem* dan dukungan sosial dengan *subjective well being* pada ibu bekerja selama pandemi covid 19. Pada penelitian yang dilakukan pada 50 ibu bekerja selama pandemi covid 19 di Wisma Permai khususnya RW 08 Kab. Sidoarjo, dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara *self esteem* dan dukungan sosial dengan *subjective well being*. Hal ini terlihat dari hasil uji korelasi yang menggunakan Analisis Regresi Ganda dengan bantuan SPSS versi 25 for windows, dimana hasil berdasarkan analisis secara simultan pengaruh *self esteem* dan dukungan sosial terhadap *subjective well being* memiliki skor sebesar $r_{xy} = 0.957$ dengan signifikan = 0.000. artinya secara simultan (bersama – sama) *self esteem* dan dukungan sosial memiliki pengaruh positif terhadap *subjective well being*. Pada variabel *self esteem* dan dukungan sosial secara simultan memiliki pengaruh sebesar 91,5% terhadap *subjective well being*, adapun 8,5% yang lain dipengaruhi oleh variabel lain. Antara *self esteem* dengan *subjective well being* pada ibu bekerja selama pandemi covid 19 juga memiliki hubungan yang signifikan. Pada hasil korelasi analisis regresi ganda menunjukkan Uji pengaruh secara parsial diperoleh skor $t = 5.178$ dengan signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0,05$). Artinya ada pengaruh yang signifikan antara *self esteem* terhadap *subjective well being* dan artinya tinggi rendahnya *self esteem* mempengaruhi *subjective well being*. Pada variabel dukungan sosial dengan *subjective well being* memiliki hasil yang berbeda, dimana hasil dari analisis regresi ganda yang telah dilakukan menunjukkan skor $t = 2.011$ dengan signifikansi sebesar 0.050 ($p = 0.05$). artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap *subjective well being* dan artinya tinggi rendahnya regulasi emosi tidak mempengaruhi *subjective well being*

B. Saran

1. Bagi subyek penelitian

Bagi para ibu yang bekerja di masa pandemi covid 19 diharapkan untuk lebih meluangkan waktu untuk menyenangkan diri sendiri seperti menyisihkan waktu untuk *me time* dan melakukan hobi di waktu tertentu. Hal ini agar memunculkan emosi yang positif dari lelah nya bekerja serta mengurus keluarga di waktu yang bersamaan. Dimasa pandemi saat ini juga harus lebih memperhatikan pola makan, minum vitamin, rutin olahraga, serta bagi para ibu yang sedang wfo ketika sampai

rumah diharapkan untuk segera mandi dan ganti baju terlebih dahulu. Apabila para ibu kesulitan untuk membagi waktu antara mengurus keluarga dan melakukan pekerjaan, ibu sekalian bisa meminta pertolongan pada jasa pembantu rumah tangga serta apabila kesulitan untuk mendampingi anak ketika belajar para ibu bisa memanggil jasa les privat. Disarankan bagi ibu bekerja agar lebih terbuka kepada suami atau orang tua ketika mengalami kesulitan agar orang terdekat dapat membantu kesulitan yang dihadapi. Bagi ibu bekerja diharapkan lebih memiliki pandangan yang positif untuk kedepannya serta lebih menyayangi diri sendiri agar segala hal yang dilakukan menjadi menyenangkan.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti tentang *subjective well being* atau ingin meneliti dengan variabel yang sama pada penelitian ini disarankan untuk meneliti dengan subyek yang berbeda seperti anak remaja. Apabila ingin meneliti dengan subyek yang sama seperti penelitian ini dan variabel dependent yang sama juga, disarankan untuk menggunakan variabel independent yang berbeda dari penelitian ini seperti melihat hubungan antara kepribadian *ekstrovert* dengan *subjective well being*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, D. F. N. (2018). Self Esteem Pada Anak Usia Sekolah Dasar Untuk Pencegahan Kasus Bullying. *Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Sekolah Dasar (Jp2sd)*, 6(1), 36-46.
- Andini, P., & Maryatmi, A. S. (2020). Hubungan antara Harga Diri dan Prestasi Akademik dengan Subjective Well Being pada Mahasiswa Jurusan Akuntansi Fakultas Ekonomi dan Bisnis di Universitas Persada Indonesia YAI. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 4(3), 1-8.
- ANGGARA, A. (2018). *HUBUNGAN HARGA DIRI DENGAN KECEMASAN BERKOMUNIKASI TERHADAP LAWAN JENIS PADA REMAJA SISWI KELAS XI DI SMA MUHAMMADIYAH 6 PALEMBANG* (Doctoral dissertation, UIN RADEN FATAH PALEMBANG).
- Apriliana, R., & Lestari, R. (2017). *Subjective Well-Being Ibu Yang Memiliki Peran Ganda* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Athamukhaliddinar, R. R. (2019). *Subjective Well-Being, Psychological Well-Being, dan Workplace Well-Being dengan Kesehatan Mental pada Karyawan PT PAL Indonesia (Persero)* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- Azhima, D. D., & Indrawati, E. S. (2018). *HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA NARAPIDNA PEREMPUAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN" X"* (Doctoral dissertation, Undip).
- BAROKAH, T. (2017). *PEMODELAN PRODUK DOMESTIK REGIONAL BRUTO (PDRB) DI JAWA TENGAH DENGAN MENGGUNAKAN PENDEKATAN REGRESI BERGANDA DAN GEOGRAPHICALLY WEIGHTED REGRESSION (GWR)* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Semarang).
- Cahyanti, L. (2020). *HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN TINGKAT KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI GENERAL ANESTESI DI RS PKU MUHAMMADIYAH GAMPING* (Doctoral dissertation, Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Devi, Y. R., & Fourianalistyawati, E. (2018). Hubungan antara Self Esteem dengan Penyesuaian Diri sebagai Peran Ibu Rumah Tangga pada Ibu Berhenti Bekerja di Jakarta. *Psibernetika*, 11(1).

Ditasari, N. N., & Prabawati, F. A. M. (2020, August). KEBAHAGIAAN PADA IBU BEKERJA. In *Seminar Nasional Psikologi UM* (Vol. 1, No. 1).

Effendi, M. F., Akbar, S. N., & Rachmah, D. N. (2020). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL ORANG TUA DENGAN KESADARAN DIRI PADA SISWA SMPN 8 BANJARMASIN. *Jurnal Kognisia: Jurnal Mahasiswa Psikologi Online*, 2(1), 61-65.

Fajriani, I. T., & Suprihatin, T. (2018). Harga Diri, Kepuasan Kerja Dan Kesejahteraan Subjektif Pada Guru Madrasah Tsanawiyah. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 12(1), 67-76.

FAKHROH, I. L. (2019). *PENGARUH KELENGKAPAN PRODUK, HARGA DAN PROMOSI TERHADAP KEPUTUSAN PEMBELIAN PADA MARKETPLACE TOKOPEDIA* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Gresik).

Febrita, S. S. (2017). *SELF ESTEEM REMAJA PADA KELUARGA BROKEN HOME* (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).

Fitriana Wati, D. (2020). *PENGARUH KOMPETENSI, SELF ESTEEM DAN MOTIVASI KERJA TERHADAP KINERJA GURU DI SDIT DARUL FALAH PONOROGO* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Ponorogo).

Ghaisani, R. D. (2016). Hubungan Self Esteem dan Loneliness pada Remaja Akhir Pelaku Cybersex di Bandung.

Gunawan, E. F. (2018). Hubungan antara Harga Diri dan Penalaran Moral pada Remaja Akhir. (Doctoral dissertation, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta)

Hakim, R. L. (2017). *PENGARUH PROFITABILITAS DAN NON DEBT TAX SHIELD TERHADAP STRUKTUR MODAL (Studi Pada Perusahaan Manufaktur Subsektor Otomotif dan Komponen yang Terdaftar di Bursa Efek Indonesia Periode 2012-2016)* (Doctoral dissertation, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Unpas Bandung).

Hanapi, I., & Agung, I. M. (2018). Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Self Efficacy dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 9(1), 37-45.

<https://lifestyle.kompas.com/read/2020/04/22/165311220/perubahan-perilaku-para-ibu-di-indonesia-selama-pandemi-corona>

<https://www.cnnindonesia.com/nasional/20201110123516-25-568018/kilas-balik-pandemi-covid-19-di-indonesia>

<https://www.suara.com/lifestyle/2020/11/16/095642/parental-burnout-ketika-lelah-dan-stres-melanda-ibu-di-tengah-pandemi?page=2>

- Imelda, J. (2013). Perbedaan subjective well being ibu ditinjau dari status bekerja ibu. *Calyptra*, 2(1), 1-16.
- Khoirunnisa, A. A. (2018). *HUBUNGAN ANTARA BODY IMAGE DENGAN SELF-ESTEEM PADA REMAJA PUTRI* (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Labu, N. (2018). *HUBUNGAN KECERDASAN SPIRITUAL DAN MOTIVASI IMAMAT DENGAN KEDISIPLINAN PADA CALON IMAM DI SEMINARI TINGGI* (Doctoral dissertation, Unika Soegijapranata Semarang).
- Limbong, D. R. (2017). *Perbedaan Subjective Well-Being pada Ibu yang Bekerja dan Tidak Bekerja di Kelurahan Tanjung Sari Medan* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Lutfiyah, N. (2018). Hubungan antara dukungan sosial dengan subjective well-being pada anak jalanan di wilayah depok. *Jurnal Psikologi*, 10(2).
- Nayana, F. N. (2013). Kefungsian keluarga dan subjective well-being pada remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(2), 230-244.
- Notoatmodjo, S., Kasiman, S., & kintoko Rohadi, R. (2018). Patient's Behaviour with Coronary heart disease Viewed from Socio-Cultural aspect of Aceh Society in Zainoel Abidin Hospital. In *MATEC Web of Conferences* (Vol. 150, p. 05065). EDP Sciences.
- Novalia, G. (2017). *PERBEDAAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA IBU BEKERJA DENGAN IBU YANG TIDAK BEKERJA YANG BERTEMPAT TINGGAL DI WILAYAH KELURAHAN PANDEAN LAMPER KOTA SEMARANG* (Doctoral dissertation, Fakultas Psikologi UNISSULA).
- Oktaviana, R. (2015). Hubungan antara subjective well-being dengan self management pada ibu bekerja di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Ilmiah Psyche/Ilmu Psikologi*, 9(2).
- Palupy, A. N. (2019). *HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DAN MINAT SISWA TERHADAP HASIL BELAJAR IPS SISWA KELAS V SD GUGUS BUDI UTOMO KECAMATAN MIJEN KOTA SEMARANG* (Doctoral dissertation, UNNES).
- Prahastuti, N. F., & Santhoso, F. H. (2021). PERSEPSI TERHADAP DUKUNGAN SOSIAL DITINJAU DARI KARAKTERISTIK REMAJA PANTI ASUHAN

- DENGAN REMAJA NON-PANTI ASUHAN. *JURNAL TALENTA*, 16(1), 60-75.
- Putra Salain, P. P., Putra Adiyadnya, M. S., & Eka Rismawan, P. A. (2020). Studi Eksplorasi Dampak Work From Home Terhadap Kinerja Karyawan Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Bumh Di Wilayah Denpasar. *Jurnal Ilmiah Satyagraha*, 3(2), 19–27.
- PUTRI, R. W. (2017). *HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL (SOCIAL SUPPORT) DENGAN MINAT IBU HAMIL MENGIKUTI PROGRAM SENAM HAMIL DI DESA WAJAK KABUPATEN MALANG* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- Rahmasari, Y. (2015). *Pengaruh dukungan sosial terhadap kreativitas siswa SMA Negeri 2 Sidoarjo melalui motivasi belajar* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Refnadi, R. (2018). Konsep self-esteem serta implikasinya pada siswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 16-22.
- Rizky, J., & Santoso, M. B. (2018). Faktor Pendorong Ibu Bekerja Sebagai K3L Unpad. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 5(2), 158-164.
- Safarina, N. A., Munir, A., & Nuraini, N. (2019). Hubungan Harga Diri dan Optimisme dengan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa Magister Psikologi Universitas Medan Area. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 1(1), 39-48.
- Samputri, S. K., & Sakti, H. (2015). Dukungan sosial dan subjective well being pada tenaga kerja wanita PT. Arni family ungaran. *Jurnal Empati*, 4(4), 208-216.
- Sugiyono (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Syarah, F. S. (2019). *Hubungan Social Support Dengan Subjective Well-Being Pada Siswa Penyandang Disabilitas Di Banda Aceh* (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry).
- Triwahyuningsih, Y. (2017). Kajian meta-analisis hubungan antara self esteem dan kesejahteraan psikologis. *Buletin Psikologi*, 25(1), 26-35.

Ushfuriyah, U. (2015). *Hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme mahasiswa psikologi dalam menyelesaikan skripsi* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).

Wahyunani, A., & Prasetyaningrum, J. (2018). *Hubungan antara Self Esteem dengan Subjective Well-Being di Sasana Pelayanan Sosial Anak "Pamardi Utomo" Boyolali* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

WHO (World Health Organization)

Wicaksono, A. B. (2017). *HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL REKAN KERJA DENGAN KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA KARYAWAN PR. BERKAH NALAMI* (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).

Wulandari, B., Sholihah, K. U., Nabila, T., & Kaloeti, D. V. S. (2021, February). Subjective Well-Being in Working Mothers During the COVID-19 Pandemic: A Systematic Literature Review. In *Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology* (Vol. 1, No. 1).

Wulandari, S. H. (2018). *HUBUNGAN ANTARA ADVERSITY QUOTIENT DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA DESAINER GRAFIS DI YOGYAKARTA* (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).

Yustari, A. (2020). Perbedaan Tingkat Kepuasan Hidup Ibu Bekerja dan Ibu Rumah Tangga. *IKESMA*, 16(1), 1-6.