

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Dari hasil penelitian dan pembahasan hasil temuan peneliti yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada driver keluarga gojek serong dengan nilai koefisien korelasi  $r = 0,896$  dengan nilai sig  $0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial individu maka akan semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis, sebaliknya semakin rendah tingkat dukungan sosial individu maka akan semakin rendah tingkat kesejahteraan psikologisnya.

#### **5.2 Saran**

Adapun beberapa saran dari hasil yang ditemukan peneliti setelah melaksanakan serta menganalisis hasil penelitian, maka peneliti memberikan beberapa saran terhadap beberapa pihak yang terkait dalam penelitian ini sebagai berikut :

##### **5.2.1 Kepada Subjek Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kesadaran kepada semua anggota keluarga gojek serong untuk menjaga dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Peneliti menyarankan kepada driver untuk menerima dan memahami diri sendiri guna untuk bersikap positif dalam menjalani kehidupan. Selanjutnya driver

membangun hubungan positif dengan orang lain yakni komunitas keluarga gojek serong. Driver disarankan mampu mengatur hidup, tingkah lakunya dan mengambil keputusan tanpa adanya campur tangan orang lain. Driver disarankan untuk memiliki kemampuan dalam penguasaan lingkungan. Selanjutnya peneliti menyarankan kepada driver memiliki pemahaman yang jelas akan tujuan dan arah hidupnya, diharapkan individu dapat mengembangkan potensi yang dimiliki.

### **5.2.2 Kepada Komunitas Keluarga Gojek Serong**

Kepada seluruh anggota keluarga gojek serong disarankan untuk saling memberikan dan menjaga dukungan sosial satu sama lain agar dapat meningkatkan solidaritas antar *driver*, menumbuhkan rasa kepercayaan diri bagi *driver* lain, dapat meredam efek stres yang dialami *driver*, meningkatkan harga diri, dan hubungan positif satu sama lain demi tercapainya kesejahteraan psikologis pada setiap *driver* keluarga gojek serong.

### **5.2.3 Kepada Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini menggunakan variabel dukungan sosial yang merupakan salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengeksplorasi dari variabel usia, jenis kelamin yang merupakan faktor internal yang memengaruhi kesejahteraan psikologis, dan dapat mempersiapkan dalam menghadapi rintangan dan hambatan pada saat pengambilan data *online*. Selain itu, kepada peneliti selanjutnya diharapkan selalu berkomunikasi dengan pihak administrasi dalam mengurus izin penelitian agar tidak menjadi hambatan apabila penelitian selanjutnya dilakukan dimasa seperti pandemi atau pembatasan sosial lainnya.