

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan *social support* dengan *work life balance* pada wanita yang berprofesi sebagai guru SD di Kota Solok, didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa adanya hubungan yang positif signifikan antara *social support* dengan *work life balance* pada wanita yang berprofesi sebagai guru SD di Kota Solok dengan nilai koefisien 0,238 dengan signifikansi 0,001.
2. Korelasi pada penelitian ini bermakna bahwa semakin tinggi *social support* yang dimiliki maka akan semakin tinggi *work life balance* pada wanita yang berprofesi sebagai guru SD di Kota Solok.
3. Hasil penelitian ini juga menemukan *social support* dalam kategori tinggi sebanyak 115 partisipan dan juga mendapatkan *work life balance* dalam kategori tinggi sebanyak 148 partisipan.

#### 5.2 Saran

##### 5.2.1 Saran Metodologis

1. Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti dengan tema yang sama, maka hendaknya dapat melakukan penelitian untuk melihat bagaimana pengaruh variabel *social support* dengan *work life balance* pada wanita yang berprofesi sebagai guru SD
2. Peneliti selanjutnya juga dapat meneliti *work life balance* dengan meninjau bentuk dukungan yang didapatkan seperti dukungan di tempat kerja, dukungan keluarga atau lebih spesifik lagi dukungan dari suami

3. Peneliti selanjutnya juga dapat meneliti *work life balance* dengan melihat perbedaan pada jumlah anak, pekerjaan suami, lama bekerja, status kepegawaian subjek serta sumber dukungan utama yang diterima oleh individu.

### 5.2.1 Saran Praktis

1. Bagi Instansi

Bagi instansi diharapkan dapat menjalankan program yang dapat meningkatkan *work life balance* dengan menerapkan sistem kerja, budaya organisasi, perilaku *organizational citizen behavior* yang lebih baik, serta menciptakan lingkungan yang *supportif* antar rekan kerja serta mendorong wanita yang bekerja agar lebih bersemangat.

2. Bagi wanita yang bekerja

Diharapkan kepada wanita yang bekerja lebih meningkatkan *self efficacy* dengan meyakini bahwa kehidupan pribadi dan pekerjaan harus terintegrasi dengan baik serta memperhatikan mengenai keseimbangan antara kehidupan pribadi dan kehidupan pekerjaan, dengan cara membangun kedekatan yang baik bersama keluarga dan menjalin komunikasi agar dapat mengurangi tekanan yang didapatkan.