

5. HASIL DAN INTERPRETASI HASIL

Di dalam bab ini akan dijabarkan mengenai uji validitas dan reliabilitas yang dilakukan pada saat penelitian pada *item-item* yang belum dapat diterima nilai validitas dan reliabilitasnya di dalam uji validitas dan reliabilitas sebelumnya. Kemudian peneliti akan memberikan gambaran umum karakteristik responden berdasarkan data demografinya, gambaran umum SWB dan PSS responden, hasil uji korelasi PSS dengan SWB dan komponen-komponennya, serta analisis tambahan dari data yang ada dalam penelitian ini.

5.1. Uji Validitas dan Reliabilitas Saat Penelitian

Pada uji validitas dan reliabilitas sebelum penelitian, ada beberapa *item* yang tetap dipertahankan atau direvisi untuk menyeimbangkan jumlah *item* dengan dimensi yang lain. *Item* yang dipertahankan adalah ‘tertarik pada sesuatu’, ‘gembira’, dan ‘kuat’ dari alat ukur afek positif. Sedangkan *item* yang direvisi adalah *item* ‘orang lain menganggap saya tidak kompeten’ dari *reassurance of worth*. Untuk mengetahui apakah *item-item* tersebut dapat mengukur apa yang ingin diukur, maka peneliti menguji kembali validitas dan reliabilitas dari alat ukur tersebut. Apabila *item* tersebut masih belum valid, maka akan dilakukan pembuangan *item* dan perbaikan interpretasi berdasarkan sisa *item* yang ada. Berikut ini adalah tabel yang merangkum *output* dari hasil uji validitas dan reliabilitas yang ada dalam Lampiran 3.

Tabel 5.1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Saat Penelitian untuk *Item* yang Diragukan

<i>Item</i>	<i>r item</i> dengan dimensi	α akhir
Afek positif		0,7786
Tertarik pada sesuatu	0,3752	
Gembira	0,2717	
Kuat	0,4530	
<i>Reassurance of worth</i>		0,5583
Orang lain menganggap saya tidak kompeten	0,2423	
PSS		0,8825
Orang lain menganggap saya tidak kompeten	0,2566	

Dilihat dari tabel 5.1., semua *item* telah berkorelasi dengan total skor dimensinya dengan nilai di atas 0,2. Hal tersebut berarti semua *item* dapat dikatakan mampu mengukur dimensi yang ingin diukur berdasarkan kriteria Cronbach (1990), yaitu $r > 0,2$. Nilai koefisien alpha dari masing-masing dimensi dan alat ukur sudah berada di atas 0,5 sehingga dapat dikatakan reliabel.

5.2. Gambaran Umum Responden

Berikut ini adalah gambaran umum responden dilihat dari data demografinya, kemudian dilanjutkan dengan gambaran SWB dan PSS responden.

5.2.1. Gambaran Umum Data Demografi Responden

Berikut ini adalah penjabaran gambaran umum responden berdasarkan data demografi yang telah diklasifikasikan menjadi kelompok-kelompok. Lampiran 4 menampilkan gambaran data responden yang belum diklasifikasikan. Selain itu, lampiran tersebut juga menampilkan tabel *mean*, SD, skor maksimal, serta skor minimal untuk data demografi yang bersifat numerik.

Berikut ini adalah tabel yang menggambarkan jumlah responden berdasarkan klasifikasi usianya. Gambaran usia responden dapat dilihat dengan lebih lengkap pada lampiran 4.1.

Tabel 5.2. Gambaran Umum Responden Berdasarkan Usianya

Kategori	N	%
25 – 30 tahun	28	34,2 %
31 – 35 tahun	25	30,5 %
36 – 40 tahun	29	35,3 %
Total	82	100%

Dapat dilihat dari tabel 5.2., bahwa kebanyakan responden berada pada rentang usia 36 – 40 tahun. Dengan mengacu pada data yang ada dalam lampiran 4.1., responden rata-rata berusia 33,39, dengan usia yang paling muda 25 tahun, dan usia yang paling tua 40 tahun.

Berikut ini adalah tabel yang menggambarkan jumlah responden berdasarkan penggolongan pendidikan terakhirnya.

Tabel 5.3. Gambaran Umum Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhirnya

Kategori	N	%
SMU dan sederajat	12	14,6 %
D 1	2	2,4 %
D 3	14	16,1 %
D 4	3	3,7 %
S 1	44	53,7 %
S 2	7	8,5 %
Total	82	100%

Dapat dilihat dari tabel 5.3., bahwa mayoritas dari responden telah lulus dari S 1. Pendidikan terakhir yang paling sedikit dijalani oleh responden adalah D1.

Tabel berikut ini akan menunjukkan penggolongan responden berdasarkan daerah tempat tinggalnya.

Tabel 5.4. Gambaran Umum Daerah Tempat Tinggal Responden

Kategori	N	%
Jakarta	40	48,8 %
Bogor	4	4,9 %
Depok	10	12,2 %
Tangerang	10	12,2 %
Bekasi	18	22 %
Total	82	100%

Dapat dilihat dari tabel 5.4. bahwa sebagian besar responden tinggal di daerah Jakarta (48,8 %). Sebagian responden lain tersebar di berbagai kota di sekitar Jakarta, terutama Bekasi.

Tabel berikut ini akan menunjukkan penggolongan responden berdasarkan usia pernikahannya. Gambaran usia pernikahan responden dapat dilihat secara lebih lengkap pada lampiran 4.4.

Tabel 5.5. Gambaran Umum Usia Pernikahan Responden

Kategori	N	%
≤ 5 tahun	27	32,9 %
6 – 10 tahun	35	42,7 %
11 – 15 tahun	13	15,9 %
> 15 tahun	7	8,5 %
Total	82	100%

Dapat dilihat dari tabel 5.5. bahwa 42,7 % dari responden telah menikah selama 6 – 10 tahun, dan 32,9% belum lama menikah (≤ 5 tahun). Sisanya telah menikah selama 11 – 15 tahun (15,9 %), dan di atas 15 tahun (8,5 %). Merujuk pada lampiran 4.5., *mean* dari usia pernikahan responden adalah 8,06 dengan usia pernikahan tercepat satu tahun, dan usia pernikahan terlama adalah 25 tahun.

Tabel berikut ini akan menunjukkan penggolongan responden berdasarkan jumlah anaknya.

Tabel 5.6. Gambaran Umum Jumlah Anak Responden

Kategori	N	%
Satu anak	31	37,8 %
Dua anak	40	48,6%
Tiga anak	9	11,0%
Empat anak	2	2,4 %
Total	82	100%

Dapat dilihat dari tabel 5.6. bahwa kebanyakan dari responden memiliki dua anak (48,6 %). Sedangkan hanya sedikit dari responden (13,4%) yang memiliki jumlah anak di atas dua orang.

Tabel berikut ini akan menunjukkan penggolongan responden berdasarkan usia anak tertua dan usia anak termudanya.

Tabel 5.7. Gambaran Umum Usia Anak Responden

Kategori	N	%
Semua anak berusia balita	35	42,7%
Ada anak yang berusia balita dan ada anak yang berusia sekolah	19	23,2%
Semua anak berusia sekolah	28	34,1%
Total	82	100%

Dapat dilihat dari tabel 5.7. bahwa lebih banyak responden yang semua anaknya berusia di bawah lima tahun.

Tabel berikut ini akan menggambarkan responden berdasarkan jumlah orang (selain suami dan anak) yang membantunya mengerjakan pekerjaan rumah tangga.

Tabel 5.8. Gambaran Umum Orang (Selain Suami dan Anak) yang Membantu Responden Mengerjakan Pekerjaan Rumah Tangga

Kategori	N	%
Jumlah		
Satu orang	30	36,6 %
Dua orang	26	31,7 %
Tiga orang	15	18,3 %
Empat orang	7	8,5 %
Lima orang	4	4,9 %
Orang yang membantu		
Pembantu rumah tangga	43	52,4 %
<i>Babysitter</i>	0	0 %
Kerabat	10	12,2 %
Pembantu rumah tangga dan <i>babysitter</i>	5	6,1 %
Pembantu rumah tangga dan kerabat	19	23,2 %
<i>Babysitter</i> dan kerabat	0	0 %
Pembantu rumah tangga, <i>babysitter</i> , dan kerabat	5	6,1 %
Total	82	100%

Dapat dilihat dari tabel 5.8. bahwa kebanyakan dari responden (36,6 %) dibantu oleh satu orang (selain suami dan anak responden) untuk mengerjakan pekerjaan rumah tangganya. Responden yang dibantu oleh lima orang (selain suami dan anak) dalam mengerjakan pekerjaan rumah tangganya mempunyai pembantu rumah tangga dan kerabat dalam mengerjakan pekerjaan rumah tangganya. Mayoritas dari responden menggunakan jasa dari pembantu rumah tangga untuk mengerjakan pekerjaan rumah tangganya.

Tabel berikut ini akan menggambarkan penggolongan responden berdasarkan penghasilannya ditambah penghasilan suaminya per bulan.

Tabel 5.9. Gambaran Umum Penghasilan Suami Ditambah Penghasilan Responden per bulan

Kategori	N	%
< Rp 2.500.000,00	4	4,9 %
Rp 2.500.000,00 – Rp 5.000.000,00	20	24,4 %
Rp 5.000.001,00 – Rp 7.500.000,00	15	18,3 %
Rp 7.500.001,00 – Rp 10.000.000,00	16	19,5 %
> Rp 10.000.000,00	27	32,9 %
Total	82	100%

Dapat dilihat dari tabel 5.9. bahwa jumlah mayoritas penghasilan suami responden ditambah dengan penghasilan responden adalah > Rp 10.000.000,00 (32,9%). Dilihat dari data tersebut, lebih banyak responden yang keluarganya mempunyai penghasilan tinggi.

Tabel berikut ini akan menggambarkan penggolongan pengeluaran responden per bulan.

Tabel 5.10. Gambaran Umum Pengeluaran Keluarga Responden per bulan

Kategori	N	%
< Rp 1.000.000,00	-	-
Rp 1.000.000,00 – Rp 3.500.000,00	20	24,4%
Rp 3.500.001,00 – Rp 6.000.000,00	29	35,4%
Rp 6.000.001,00 – Rp 8.500.000,00	20	24,4 %
> Rp 8.500.000,00	13	15,9%
Total	82	100%

Dapat dilihat dari tabel 5.10 bahwa jumlah mayoritas dari pengeluaran keluarga responden adalah Rp 3.500.001,00 – Rp 6.000.000,00 (35,4%). Tidak ada responden yang pengeluaran keluarganya di bawah Rp 1.000.000,00 per bulan.

Tabel berikut ini akan menggambarkan responden berdasarkan pekerjaannya.

Tabel 5.11. Gambaran Umum Pekerjaan Responden

Kategori	N	%
Pegawai negeri	28	34,1 %
Pegawai swasta	54	65,9 %
Total	81	100%

Dapat dilihat dari tabel 5.11., bahwa lebih banyak responden yang bekerja sebagai pegawai swasta (65,9 %) dibandingkan dengan responden yang bekerja sebagai pegawai negeri (34,1 %).

Tabel berikut ini akan menggambarkan responden berdasarkan jam kerjanya per minggu. Gambaran jam kerja per responden dapat dilihat pada lampiran 4.11.

Tabel 5.12. Gambaran Umum Jumlah Jam Kerja Responden per Minggu

Kategori	N	%
35 – 40 jam	44	53,7 %
41 – 45 jam	21	25,6 %
Di atas 45 jam	17	20,7 %
Total	82	100%

Dapat dilihat dari tabel 5.12., bahwa sebagian besar dari responden (53,7 %) bekerja selama 35 – 40 jam per minggunya, 25,5 % dari responden bekerja selama 41 – 45 jam per minggunya. Namun, adapula responden yang bekerja di atas 45 jam per minggunya (20,7%). Mengacu pada lampiran 4.11., jumlah jam kerja per minggu paling tinggi di dalam penelitian ini adalah 70 jam, dan yang paling rendah adalah 35 jam.

Berikut ini adalah tabel yang menggambarkan gambaran lama kerja responden di tempat kerjanya saat ini. Gambaran lama kerja yang lebih lengkap dapat dilihat pada lampiran 4.12.

Tabel 5.13. Gambaran Umum Lama Kerja Responden

Kategori	N	%
Di bawah 5 tahun	26	31,7 %
5 – 10 tahun	31	37,8 %
Di atas 10 tahun	25	30,5 %
Total	82	100%

Dapat dilihat dari tabel 5.13 bahwa mayoritas dari responden (37,8%) telah bekerja selama 5 – 10 tahun di tempat kerjanya saat ini. Sebanyak 31,7% dari responden baru bekerja kurang dari lima tahun di tempat kerjanya saat ini, dan sisanya (30,5 %) telah bekerja di atas 10 tahun di tempat kerjanya saat ini. Mengacu pada *output* statistik deskriptif dari lama kerja responden dari Lampiran 4.12., responden yang paling lama bekerja selama 18 tahun, sedangkan responden paling singkat bekerja selama dua bulan.

5.2.2. Gambaran Umum Komponen *Subjective Well-Being* dan *Subjective Well-Being*

Pada sub bab ini akan dijabarkan gambaran umum komponen-komponen SWB dan SWB secara umum yang didapatkan di dalam penelitian ini.

5.2.2.1. Gambaran Umum Kepuasan Hidup Secara Global

Skor kepuasan hidup secara global yang ada dalam penelitian ini didapatkan dari total skor SWLS. Skor maksimal yang bisa didapatkan adalah 35, sedangkan skor minimalnya adalah 5. Skor kepuasan hidup secara global dari masing-masing responden dapat dilihat pada lampiran 5.1. Untuk menginterpretasikan skor tersebut, peneliti akan menggunakan interpretasi dari Diener dkk. (2005). Diener dkk. mengatakan skor 31 – 35 menggambarkan orang yang sangat puas dengan hidupnya, 26 – 30 menggambarkan seseorang yang puas dengan hidupnya, skor 21 – 25 menggambarkan seseorang yang cukup puas dengan hidupnya, skor 20 menggambarkan bahwa seseorang tidak dapat dikatakan puas atau tidak puas dengan hidupnya, skor 15 – 19 menggambarkan seseorang yang sedikit tidak puas dengan hidupnya, skor 10 - 14 menggambarkan seseorang yang tidak puas dengan hidupnya, sedangkan skor 5 – 9 menggambarkan seseorang yang sangat tidak puas dengan hidupnya.

Mean dari skor kepuasan hidup secara global dari responden adalah 24,12 dengan $SD = 5,04$. Artinya, rata-rata responden merasa cukup puas dengan hidupnya. Skor responden yang paling rendah adalah 12, sedangkan skor responden yang paling tinggi adalah 35. Berikut ini adalah tabel yang menunjukkan penggolongan kepuasan hidup secara global dari masing-masing responden berdasarkan skor total SWLS-nya.

Tabel 5.14. Gambaran Umum Kepuasan Hidup Secara Global Responden

Kepuasan hidup secara global	N	%
Sangat tidak puas dengan hidupnya (skor 5 -9)	0	0 %
Tidak puas dengan hidupnya (skor 10 -14)	4	4,9 %
Sedikit tidak puas dengan hidupnya (skor 15 – 19)	14	17,1 %

Tabel 5.14. (lanjutan)

Kepuasan hidup secara global	N	%
Tidak dapat dikatakan puas atau tidak puas (skor 20)	1	1,2 %
Cukup puas dengan hidupnya (skor 21 – 25)	24	29,3 %
Puas dengan hidupnya (skor 26 – 30)	36	43,9 %
Sangat puas dengan hidupnya (skor 31 – 35)	3	3,6 %
Total	82	100%

Dilihat dari tabel 5.14., dapat diketahui bahwa lebih banyak responden yang puas dengan hidupnya dibandingkan responden yang tidak puas dengan hidupnya.

5.2.2.2. Gambaran Umum Komponen Afektif SWB

Skor komponen afektif dari SWB yang ada di dalam penelitian ini, didapatkan dari skor dimensi afek positif dan afek negatif dari PANAS. Skor maksimal dari dimensi afek positif adalah 32, sedangkan skor minimalnya adalah 8. Sedangkan skor maksimal dari dimensi afek negatif adalah 36, sedangkan skor minimalnya adalah 9. Dari skor afek positif dan afek negatif responden, *mean* dari kedua dimensi tersebut bisa didapatkan dengan membagi total skor masing-masing responden dengan jumlah *item* dari masing-masing dimensi. Skor maksimal dari *mean* afek positif dan afek negatif adalah 4, sedangkan skor minimalnya adalah 1.

Untuk mempermudah interpretasi *mean* afek positif dan negatif, peneliti membagi *mean* tersebut dengan jumlah *item* dari masing-masing dimensi sehingga didapatkan angka yang kurang lebih sama dengan angka yang digunakan dalam skala PANAS. Nilai 1 menunjukkan responden sangat sedikit atau tidak pernah merasakan afek positif/negatif, nilai 2 menunjukkan responden kadang-kadang merasakan afek positif/negatif, nilai 3 menunjukkan responden sering merasakan afek positif/negatif, dan nilai 4 menunjukkan responden hampir selalu atau selalu merasakan afek positif/negatif.

Pengurangan dari skor afek positif dan skor afek negatif dapat menghasilkan *affect balance* (Bradburn dalam Andrews & Robinson, 1991). Jumlah *item* afek positif dan afek negatif di dalam penelitian ini tidak sama, karena itu peneliti melakukan pengurangan dengan menggunakan *mean* skor afek positif dan afek

negatif. Jadi, skor *affect balance* didapatkan dari pengurangan skor *mean* afek positif dengan skor *mean* afek negatif. Nilai *affect balance* yang positif berarti responden lebih sering merasakan afek positif daripada afek negatif, sedangkan nilai *affect balance* yang negatif berarti responden lebih sering merasakan afek negatif daripada afek positif. Skor maksimal *affect balance* adalah 3, didapat dari skor maksimal *mean* afek positif (4) dikurangi skor minimal *mean* afek negatif (1) responden. Sedangkan skor minimal *affect balance* adalah - 3, didapat dari skor minimal *mean* afek positif (1) dikurangi skor maksimal *mean* afek negatif (4) responden.

Gambaran dari skor afek positif, afek negatif, dan *affect balance* dapat dilihat secara lengkap pada lampiran 5.2. Berikut ini adalah tabel yang merangkum *mean*, SD, nilai maksimal yang didapatkan responden, dan nilai minimal yang didapatkan responden dari lampiran 5.2.

Tabel 5.15. Rangkuman Gambaran Komponen Afektif SWB Responden

Komponen	M	M/n <i>item</i>	SD	Min	Max
Afek positif	24,44	3,06	3,49	14	32
Afek negatif	16,45	1,83	3,68	9	26
<i>Affect balance</i>		1,23	0,67	- 0,36	3

Dapat dilihat dari tabel 5.15. bahwa *mean* afek positif adalah 24,44, *mean* afek negatif adalah 16,45. Dari pengurangan antara keduanya, didapatkan nilai *affect balance* sebesar 1,23. Nilai *affect balance* tersebut menunjukkan bahwa rata-rata responden mempunyai nilai *affect balance* yang positif. Hal tersebut berarti rata-rata responden lebih sering merasakan afek positif dibandingkan afek negatif. Nilai tersebut juga menunjukkan bahwa perbedaan frekuensi antara afek positif dan afek negatif tidak begitu jauh.

Hasil dari pembagian *mean* afek positif dengan jumlah *item*-nya adalah 3,06. Angka tersebut menunjukkan bahwa responden merasa sering merasakan afek positif dalam kehidupannya sehari-hari. Hasil dari pembagian *mean* afek negatif dengan jumlah *item*-nya adalah 1,83. Pembulatan dari angka tersebut adalah 2, yang menunjukkan bahwa responden kadang-kadang merasakan afek negatif.

Berikut ini adalah hasil pengolongan nilai *affect balance* yang dimiliki responden.

Tabel 5.16. Gambaran *Affect Balance* Responden

Skor <i>Affect Balance</i>	N	%
Negatif	3	3,6 %
Positif	79	96,4%
Total	82	100%

Apabila dilihat dari tabel 5.16., maka dapat diketahui kalau mayoritas dari responden lebih banyak merasakan afek positif dibandingkan afek negatifnya selama tiga hari yang lalu. Artinya, mayoritas responden mempunyai SWB yang baik dilihat dari komponen afektifnya.

5.2.2.3. Gambaran Umum *Subjective Well-Being*

Skor SWB dari penelitian ini didapatkan dari *z-score mean* SWLS responden ditambah dengan *z-score affect balance* responden. Nilai maksimal dari masing-masing *z-score* adalah 3, jadi skor maksimal SWB yang bisa didapatkan adalah 6. Nilai minimal dari masing-masing *z-score* adalah -3, jadi skor minimal SWB yang bisa didapatkan adalah -6.

Gambaran skor SWB dari responden yang ada di dalam penelitian ini dapat dilihat secara lengkap pada lampiran 5.3. Secara umum, *mean* dari skor SWB adalah -0,002 dengan $SD = 1,56$. *Mean* tersebut menunjukkan bahwa rata-rata responden berada di dalam tengah-tengah rentang skor SWB. Skor terendah responden adalah -0,374 dan skor tertinggi responden adalah 0,48. Untuk menginterpretasikan skor responden, peneliti membandingkannya dengan *mean* skor SWB responden. Berikut ini adalah tabel yang menunjukkan jumlah responden dengan skor SWB di bawah rata-rata dan jumlah responden mempunyai skor rata-rata SWB dan di atas rata-rata.

Tabel 5.17. Penggolongan SWB Responden

<i>Subjective Well-Being</i>	N	%
Di bawah rata-rata (< -0,002)	44	53,7 %
Rata-rata dan di atas rata-rata (\geq -0,002)	38	46,3 %
Total	82	100%

Apabila dilihat dari interpretasi kepuasan hidup secara global dan komponen afektif SWB sebelumnya, responden rata-rata memiliki SWB yang sudah cukup tinggi apabila dilihat dari interpretasi alat ukurnya. Namun dapat dilihat dari tabel 5.17., bahwa lebih banyak responden yang memiliki SWB di bawah rata-rata skor responden lainnya dibandingkan dengan responden yang memiliki SWB dengan skor rata-rata dan di atas rata-rata dalam penelitian ini.

5.2.3. Gambaran Umum *Perceived Social Support* Responden

Skor dari masing-masing dimensi SPS didapatkan dengan menjumlah skor yang didapatkan dari *item-item* yang ada dalam dimensi tersebut. Skor maksimal yang bisa didapatkan dari dimensi-dimensi *guidance*, *reassurance of worth*, *opportunity of nurturance*, *social integration*, dan *reliable alliance* adalah 12, dan skor minimumnya adalah 3. Sedangkan skor maksimal yang bisa didapatkan dari dimensi *attachment* adalah 16, dan skor minimumnya adalah 4. Jumlah *item* yang berbeda tersebut membuat peneliti sulit untuk membandingkan skor antar dimensi, karena itu skor total yang ada akan dibagi dengan jumlah *item* untuk keperluan tersebut. Skor dari pembagian tersebut akan menghasilkan nilai yang sama dengan skala SPS. Skor 1 menunjukkan kebutuhan yang direfleksikan dalam dimensi tersebut tidak terpenuhi, skor 2 menunjukkan kebutuhan yang direfleksikan dalam dimensi tersebut kurang terpenuhi, skor 3 menunjukkan kebutuhan yang direfleksikan dalam dimensi tersebut cukup terpenuhi, dan skor 4 menunjukkan kebutuhan yang direfleksikan dalam dimensi tersebut sangat terpenuhi.

Untuk mendapatkan skor PSS, peneliti menjumlahkan skor mentah dari masing-masing dimensi. Skor maksimal untuk PSS adalah 76, sedangkan skor minimum untuk PSS adalah 19. Skor responden secara keseluruhan untuk skor aspek-aspek PSS dan total PSS dapat dilihat dari lampiran 6. Berikut ini adalah

rangkuman *mean*, SD, nilai terendah responden, serta nilai tertinggi responden dari aspek-aspek PSS.

Tabel 5.18. Gambaran Umum PSS Responden

Dimensi	M	M/n <i>item</i>	SD	Min	Max
<i>Guidance</i>	10,2	3,4	1,62	3	12
<i>Reassurance of worth</i>	9,79	3,26	1,65	6	12
<i>Social integration</i>	9,42	3,14	1,31	6	12
<i>Attachment</i>	13,16	3,29	1,92	8	16
<i>Opportunity of nurturance</i>	9,31	3,1	1,4	7	12
<i>Reliable Alliance</i>	9,79	3,26	1,65	3	12

Dilihat dari *mean* dibagi dengan jumlah *item* di tiap dimensi, rata-rata responden mempersepsikan pemenuhan tiap aspek dalam tingkat yang kurang lebih sama. Angka tiga yang didapat dari pembagian tersebut menunjukkan bahwa kebutuhan aspek-aspek PSS responden telah dipersepsikan terpenuhi oleh lingkungan di sekitarnya.

Secara keseluruhan, rata-rata skor PSS responden adalah 61,35 dengan SD = 6,94. Untuk mempermudah interpretasi terhadap skor tersebut, peneliti membaginya dengan jumlah *item*, sama seperti interpretasi terhadap skor dimensi. Skor maksimal dari pembagian tersebut adalah 4, dan skor minimal dari pembagian tersebut adalah 1. Apabila dibagi dengan jumlah *item*-nya, angka yang didapatkan adalah 3,23. Angka tersebut menunjukkan bahwa responden mempersepsikan dirinya didukung oleh lingkungan di sekitarnya. Angka rata-rata yang telah didapat digunakan oleh peneliti untuk menggolongkan skor PSS responden yang ada pada lampiran 6.7. Skor responden digolongkan menjadi skor yang berada di bawah rata-rata serta skor rata-rata dan skor yang berada di atas rata-rata. Tabel berikut ini menunjukkan jumlah responden yang berada di masing-masing penggolongan.

Tabel 5.19. Penggolongan PSS Responden

PSS	N	%
Di bawah rata-rata (< 61,35)	44	53,7 %
Rata-rata dan di atas rata-rata (\geq 61,35)	38	46,3 %
Total	82	100%

Dapat dilihat dari tabel 5.19. bahwa walaupun rata-rata responden telah mempersepsikan dirinya didukung oleh lingkungan sekitarnya, lebih banyak responden yang mempunyai PSS di bawah rata-rata skor PSS dalam penelitian ini.

5.3. Uji Korelasi *Perceived Social Support* dengan *Subjective Well-Being*

Nilai korelasi PSS dan SWB didapatkan dengan mengkorelasikan skor PSS dengan skor komponen-komponen SWB serta SWB skor secara keseluruhan. Berikut ini adalah tabel rangkuman dari gambaran skor PSS, komponen-komponen SWB serta SWB responden yang telah dijabarkan sebelumnya.

Tabel 5.20. Rangkuman Gambaran Skor PSS, Komponen-komponen SWB, dan SWB

Variabel	M	SD	Min	Max
PSS	61,35	6,94	47	76
Kepuasan hidup secara global	24,12	5,04	12	35
Afek positif	24,44	3,49	14	32
Afek negatif	16,45	3,68	8	16
SWB	-0,002	1,56	7	12

Berikut ini adalah tabel rangkuman hasil uji korelasi yang didapatkan dengan menggunakan teknik korelasi Pearson pada SPSS 11.0. *Output* yang didapatkan dari SPSS 11.0 dapat dilihat pada lampiran 7.

Tabel 5.21. Nilai Korelasi PSS dengan SWB dan Komponen-komponennya

Variabel	r dengan PSS	p signifikansi (<i>one-tailed</i>)
Kepuasan hidup secara global	0,335**	0,001
Afek positif	0,347**	0,001

Tabel 5.21. (lanjutan)

Variabel	r dengan PSS	p signifikansi (<i>one-tailed</i>)
Afek negatif	- 0,237*	0,016
<i>Subjective well-being</i>	0,447**	0,000

Ket: **: $p < 0,01$ (*one-tailed*)*: $p < 0,05$ (*one-tailed*)

Dilihat dari tabel 5.21, korelasi antara skor PSS dan skor SWB adalah 0,447 dengan $p = 0,000$, dan signifikan pada $\alpha = 0,01$. Signifikansi dan nilai korelasi yang positif tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara PSS dan SWB. Dengan demikian, dapat dikatakan H_0 yang menyatakan bahwa “tidak ada korelasi positif yang signifikan antara skor *perceived social support* dengan skor *subjective well-being* pada ibu bekerja” ditolak. Korelasi yang positif menunjukkan bahwa apabila seseorang semakin merasa ia didukung oleh lingkungan di sekitarnya, maka SWB-nya akan semakin tinggi pula. Sebaliknya, apabila ia semakin tidak merasa didukung oleh lingkungan di sekitarnya, maka SWB-nya akan semakin rendah juga.

Selanjutnya, korelasi antara skor PSS dan skor kepuasan hidup secara global adalah 0,335 dengan $p = 0,001$, dan signifikan pada $\alpha = 0,01$. Signifikansi dan nilai korelasi yang positif tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara PSS dan kepuasan hidup secara global. Dengan demikian, dapat dikatakan H_0 yang menyatakan bahwa “tidak ada korelasi positif yang signifikan antara skor *perceived social support* dengan skor kepuasan hidup secara global pada ibu bekerja” ditolak. Korelasi yang positif menunjukkan bahwa apabila seseorang semakin merasa ia didukung oleh lingkungan di sekitarnya, maka kepuasan hidup secara globalnya akan semakin tinggi pula. Sebaliknya, apabila ia semakin tidak merasa didukung oleh lingkungan di sekitarnya, maka kepuasan hidup secara globalnya akan semakin rendah juga.

Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa nilai korelasi antara skor PSS dan skor afek positif adalah 0,347 dengan $p = 0,001$, dan korelasi tersebut signifikan pada $\alpha = 0,01$. Signifikansi dan nilai korelasi yang positif tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara dukungan sosial dan afek positif. Dengan demikian, dapat dikatakan H_0 yang menyatakan bahwa “tidak ada korelasi positif yang signifikan antara skor PSS dengan skor afek positif pada ibu bekerja” ditolak.

Korelasi yang positif menunjukkan bahwa apabila seseorang semakin merasa ia didukung oleh lingkungan di sekitarnya, maka afek positifnya akan semakin tinggi pula. Sebaliknya, apabila ia semakin tidak merasa didukung oleh lingkungan di sekitarnya, maka afek positifnya akan semakin rendah juga.

Hasil uji korelasi antara dukungan sosial dengan komponen dari SWB yang terakhir, afek negatif, menunjukkan bahwa korelasi antara skor PSS dan skor afek negatif adalah $-0,237$ dengan $p = 0,016$. Artinya, korelasi tersebut signifikan pada $\alpha = 0,05$. Signifikansi dan nilai korelasi yang negatif tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dan afek negatif. Dengan demikian, dapat dikatakan H_0 yang menyatakan bahwa “tidak ada korelasi negatif yang signifikan antara skor *perceived social support* dengan skor afek negatif pada ibu bekerja” ditolak. Nilai korelasi yang negatif menunjukkan bahwa apabila seseorang semakin merasa ia didukung oleh lingkungan di sekitarnya, maka afek negatifnya akan semakin rendah. Sebaliknya, apabila ia semakin tidak merasa didukung oleh lingkungan di sekitarnya, maka afek negatifnya akan semakin tinggi.

5.4. Hasil Tambahan

Dari data yang didapatkan dari penelitian ini, dapat dilihat aspek PSS mana yang paling berhubungan dengan SWB. Pengetahuan mengenai hal tersebut dapat digunakan untuk mengetahui jenis PSS apa yang mempunyai kemungkinan lebih untuk dibutuhkan ibu bekerja dalam meningkatkan SWB-nya. Untuk mengetahui hubungan tersebut, peneliti mengkorelasikan antara skor masing-masing dimensi dengan skor SWB. Berikut ini adalah tabel rangkuman gambaran skor yang dipakai untuk mendapatkan nilai korelasi tersebut.

Tabel 5.22. Rangkuman Skor Aspek-Aspek PSS dan SWB

Variabel	M	SD	Min	Max
<i>Guidance</i>	10,2	1,62	3	12
<i>Reassurance of worth</i>	9,79	1,65	6	12
<i>Social integration</i>	9,42	1,31	6	12
<i>Attachment</i>	13,16	1,92	8	16

Tabel 5.22. (lanjutan)

Variabel	M	SD	Min	Max
<i>Opportunity of nurturance</i>	9,31	1,4	7	12
<i>Reliable Alliance</i>	9,79	1,65	3	12
SWB	-0,002	1,56	7	12

Berikut ini adalah tabel yang menunjukkan hasil korelasi aspek-aspek PSS tersebut dengan SWB.

Tabel 5.23. Nilai Korelasi Aspek-Aspek PSS dengan SWB

Aspek <i>Perceived Social Support</i>	Korelasi dengan SWB	p signifikansi (<i>one-tailed</i>)
<i>Guidance</i>	0,194*	0,041
<i>Reassurance of worth</i>	0,443**	0,000
<i>Social integration</i>	0,404**	0,000
<i>Attachment</i>	0,388 **	0,000
<i>Opportunity of nurturance</i>	0,336**	0,000
<i>Reliable alliance</i>	0,284**	0,005

Ket: **: $p < 0,01$ (*one-tailed*)

*: $p < 0,05$ (*one-tailed*)

Dari tabel 5.23., dapat dilihat bahwa lima dari enam aspek PSS berkorelasi positif secara signifikan dengan SWB pada los 0,01, sedangkan satu aspek PSS berkorelasi positif secara signifikan dengan SWB pada los 0,05. Artinya, semua aspek PSS mempunyai hubungan positif yang signifikan dengan SWB. Dari seluruh aspek PSS yang ada, aspek *reassurance of worth* adalah aspek yang nilai korelasinya paling tinggi dengan SWB ($r = 0,443$, $p = 0,000$). Sedangkan aspek yang nilai korelasinya paling rendah adalah *guidance* ($r = 0,194$, $p = 0,041$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa dari semua aspek PSS, aspek *reassurance of worth* adalah aspek yang paling kuat berhubungan dengan SWB. Sedangkan aspek *guidance* adalah aspek yang paling lemah hubungannya dengan SWB.

Selain membandingkan aspek PSS mana yang paling berhubungan dengan SWB, dapat dilihat pula perbedaan SWB antara kelompok ibu bekerja dengan anak yang usianya berbeda. Perbedaan SWB dilihat karena usia anak tidak dikontrol sebelumnya untuk keleluasaan sampel, namun ada kemungkinan bahwa usia anak mempengaruhi SWB ibu bekerja karena anak dengan usia di bawah

lima tahun membutuhkan pengasuhan yang lebih menyita waktu dibandingkan anak yang berada di atas umur tersebut.

Di dalam analisis tambahan ini, peneliti akan membandingkan kelompok ibu bekerja dengan anak yang semuanya berusia di bawah lima tahun, ibu bekerja dengan anak yang berusia di bawah lima tahun dan anak yang berusia sekolah, serta ibu bekerja dengan anak yang semuanya berusia sekolah. Untuk mengetahui apakah perbedaan SWB antara ketiga kelompok ibu bekerja signifikan, peneliti akan melakukan uji signifikansi dengan menggunakan teknik *one-way* ANOVA. Berikut ini adalah tabel yang merangkum hasil *output one-way* ANOVA yang ada pada lampiran 9.

Tabel 5.24. Perbedaan SWB Ibu Bekerja Berdasarkan Pengelompokan Usia Anak

Usia Anak	N	Mean	SD	Levene's Test		ANOVA	
				F	Sign	F	Sign
Semua anak berusia di bawah lima tahun	35	0,05	1,61				
Ada anak yang berusia di bawah lima tahun dan ada anak yang berusia sekolah	19	0,44	1,86	1,00	0,38	1,49	0,23
Semua anak berusia sekolah	28	- 0,36	1,27				

Dapat dilihat dari tabel 5.24. bahwa hasil *Levene's test* dari ketiga kelompok tidak signifikan, yang menunjukkan sampel di dalam penelitian ini heterogen. Dari tabel tersebut, dapat dilihat pula bahwa nilai F yang didapat tidak signifikan, sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada perbedaan SWB yang signifikan antara kelompok ibu bekerja dengan anak yang semuanya berusia di bawah lima tahun, kelompok ibu bekerja dengan anak yang berusia di bawah lima tahun dan anak yang berusia sekolah, serta kelompok ibu bekerja dengan anak yang semuanya berusia sekolah.

6. KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN

Berikut ini adalah kesimpulan dari keseluruhan penelitian ini, diskusi dari hasil yang ada, dan saran berdasarkan hasil penelitian ini.

6.1. Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil utama penelitian ini adalah:

1. Ada hubungan positif antara PSS dengan SWB pada ibu bekerja.
2. Ada hubungan positif antara PSS dengan kepuasan hidup secara global pada ibu bekerja.
3. Ada hubungan positif antara PSS dengan afek positif pada ibu bekerja.
4. Ada hubungan negatif antara PSS dengan afek negatif pada ibu bekerja.

Kesimpulan dari hasil tambahan penelitian ini adalah di antara aspek-aspek PSS, dimensi *reassurance of worth* adalah dimensi yang paling berhubungan secara positif dengan SWB. Selain itu, tidak ada perbedaan perbedaan SWB antara kelompok ibu bekerja dengan anak yang semuanya berusia di bawah lima tahun, kelompok ibu bekerja dengan anak yang berusia di bawah lima tahun dan anak yang berusia sekolah, serta kelompok ibu bekerja dengan anak yang semuanya berusia sekolah.

6.2. Diskusi

Ada beberapa hal yang dapat didiskusikan berdasarkan kesimpulan dari penelitian ini. Adanya hubungan positif yang signifikan antara PSS dengan SWB pada ibu bekerja mengkonfirmasi dugaan peneliti bahwa keberadaan PSS yang tinggi adalah salah satu tanda bahwa seorang ibu bekerja mempunyai SWB tinggi. Seperti yang telah disebutkan di dalam bab dua, keterkaitan tersebut diduga peneliti karena PSS dapat memaksimalkan didapaknya keuntungan fisik dan psikologis dari pekerjaan seorang ibu bekerja, dan juga membantu ibu bekerja menyeimbangkan perannya. Hal tersebut diduga berkaitan dengan SWB yang lebih baik pada ibu bekerja. Dengan dikonfirmasinya hal tersebut, maka dapat

dikatakan bahwa peningkatan PSS dapat membantu dalam program peningkatan SWB.

Hubungan antara PSS dengan SWB dapat dijelaskan melalui komponen-komponen dari SWB. Dari analisis yang dilakukan, diketahui bahwa ada hubungan antara PSS dengan ketiga komponen dari SWB. Adanya hubungan antara PSS dengan kepuasan hidup secara global sesuai dengan penelitian Walen dan Lachman (2000), Goodwin dan Plaza (2000), Kazarian dan McCabe (dalam Young, 2004), serta Treistman (2004).

Adanya hubungan PSS dengan kepuasan hidup secara global diduga oleh peneliti disebabkan karena dukungan sosial dapat meningkatkan kepuasan terhadap lingkungan yang memberikannya (Carlson & Perrew, 1999). Kepuasan terhadap lingkungan sekitarnya tersebut kemudian dapat mempengaruhi jawaban responden mengenai kepuasan hidupnya secara global. Pengaruh tersebut dapat terjadi karena penilaian mengenai kepuasan hidup secara global akan dipengaruhi oleh refleksi dari persepsi seseorang terhadap hal-hal yang ada di dalam hidupnya (Diener, dkk., 2000).

Hal tersebut tidak berarti bahwa PSS hanya dapat dikaitkan dengan kepuasan hidup secara global melalui kepuasan terhadap *domain* tertentu saja. Keterkaitan antara PSS dengan kepuasan hidup secara global juga dapat berarti bahwa PSS merupakan suatu hal yang dianggap seorang ibu bekerja penting untuk mengevaluasi kehidupannya sebagai sesuatu yang baik. Tidak diketahui apakah memang benar PSS merupakan hal yang penting untuk kepuasan hidup secara global bagi ibu bekerja yang menjadi responden penelitian ini, karena itu dibutuhkan data kualitatif lebih lanjut mengenai hal apa saja yang memang penting bagi ibu bekerja di daerah Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi.

Hasil berikutnya, yaitu adanya hubungan yang positif antara PSS dengan afek positif, sesuai dengan penelitian Walen dan Lachman (2000) dan Iverson dkk. (dalam Boehm & Lyubomirsky, 2008). Penjelasan lain mengenai hubungan afek positif dengan PSS antara lain karena dukungan sosial dapat berperan sebagai sumber daya atau mekanisme *coping* dapat mengurangi efek negatif dari stress dan konflik. Fungsi dukungan sosial tersebut dapat mengurangi ciri-ciri afek positif yang disebutkan oleh Watson dkk. (1988), yaitu kesedihan dan keletihan

dengan cara meringankan beban dari perannya. Bentuk dukungan sosial yang diduga dalam meringankan beban dari peran seorang ibu bekerja contohnya adalah kerabat atau suami yang membantu ibu dalam mengurus rumah tangga dan mengasuh anak. Dilihat dari nilai korelasi di antara keduanya, afek positif merupakan komponen SWB yang paling berhubungan dengan PSS dibandingkan komponen yang lain. Hasil tersebut dapat dijelaskan antara lain karena afek positif merupakan suatu hal yang lebih bersifat sosial (Baker dalam Diener & Lucas, 1999), sama dengan sifat PSS.

Hasil berikutnya, yaitu adanya hubungan yang negatif antara PSS dengan afek negatif, mendukung penelitian Walen dan Lachman (2000) serta Lyons (2002). Penjelasan mengenai hubungan afek negatif dengan PSS antara lain dapat dijelaskan kembali dengan fungsi dari dukungan sosial sebagai sumber daya *coping* yang penting untuk mengurangi efek negatif dari tekanan konflik peran seperti yang telah dijelaskan di dalam bab dua. Efek negatif dari tekanan konflik peran seorang ibu bekerja dapat dikurangi oleh adanya orang lain yang mendukung ibu bekerja, misalnya dengan cara membantu mempercepat atau menggantikan tugas mengasuh anak ketika ada tugas lain yang harus dikerjakan oleh ibu bekerja di kantor.

Dilihat dari analisis tambahan, yaitu korelasi dari masing-masing aspek PSS dengan SWB, semua aspek berhubungan positif secara signifikan dengan SWB. Di antara aspek-aspek yang berhubungan tersebut, *reassurance of worth* adalah aspek dengan nilai korelasi positif paling tinggi. Bentuk dukungan sosial yang dapat meningkatkan *reassurance of worth* misalnya berupa pujian dan pengakuan dari lingkungan sekitar mengenai kompetensi dari seseorang. Tingginya nilai korelasi *reassurance of worth* tersebut diduga oleh peneliti dikarenakan *reassurance of worth* dapat meningkatkan *self-esteem* dari ibu bekerja. *Self-esteem* merupakan sesuatu yang juga berhubungan dengan SWB (Diener & Diener dalam Ryan & Deci, 2001). Adanya pengakuan dari orang lain mengenai kompetensi dan nilai-nilai yang dimiliki oleh ibu bekerja dapat memoderasi *self-esteem* dari ibu bekerja untuk meningkatkan SWB-nya.

Aspek dengan nilai korelasi paling rendah dengan SWB dibandingkan aspek-aspek PSS lainnya adalah *guidance* . Bentuk dukungan sosial yang dapat

meningkatkan *guidance* dapat berupa nasehat atau bimbingan untuk memecahkan masalah tertentu. Korelasi dari *guidance* kurang kuat dibandingkan aspek yang lainnya, walaupun masih signifikan pada $\alpha = 0,05$. Korelasinya yang kurang kuat dengan SWB diduga oleh peneliti disebabkan karena belum tentu nasehat atau petunjuk yang dipersepsikan dari seorang ibu bekerja mampu membantu meningkatkan SWB-nya. Adanya nasehat atau petunjuk dapat membantu ibu bekerja mengatasi masalahnya sehari-hari baik di rumah maupun di tempat kerja, namun seorang ibu bekerja tidak selalu membutuhkan bimbingan dari orang lain untuk mengatasi masalahnya.

Hasil tambahan lain yang didapatkan dari penelitian ini adalah tidak ada perbedaan SWB antara kelompok ibu bekerja dengan anak yang semuanya berusia di bawah lima tahun, kelompok ibu bekerja dengan anak yang berusia di bawah lima tahun dan anak yang berusia sekolah, serta kelompok ibu bekerja dengan anak yang semuanya berusia sekolah. Hasil tersebut diduga peneliti terjadi karena walaupun mengasuh anak berusia di bawah lima tahun lebih merepotkan, namun semua ibu bekerja yang menjadi responden di dalam penelitian ini mempunyai pembantu rumah tangga, *babysitter*, atau kerabat yang dapat membantu dirinya dalam mengerjakan pekerjaan rumah tangga, termasuk mengasuh anak.

Perlu diperhatikan bahwa ada penelitian ini juga memiliki keterbatasan. Salah satu keterbatasannya adalah keterbatasan dalam pemilihan responden. Pemilihan responden tidak melalui *probability sampling*, sehingga hasil penelitian ini belum tentu dapat digeneralisir ke dalam populasi ibu bekerja di daerah Jabodetabek karena hanya menggunakan teknik *accidental sampling*. Keterbatasan lainnya adalah keterbatasan alat ukur yang dipakai di dalam penelitian ini. Alat ukur SWB dan dukungan sosial yang dipakai di dalam penelitian ini berbentuk kuesioner. Kelemahan dari kuesioner menurut Kumar (1999) adalah kurangnya kesempatan bagi responden untuk mengklarifikasi pertanyaan yang ada di kuesioner, jawaban tidak spontan, respons yang diberikan untuk satu pertanyaan mungkin dipengaruhi oleh pertanyaan lain, responden dapat berkonsultasi pada orang lain untuk menjawab kuesioner, dan respons yang ada tidak dapat dilengkapi dengan informasi lain (misalnya observasi). Selain itu, tidak adanya data dari metode lain selain kuesioner dengan

pertanyaan tertutup membuat data yang didapat dari penelitian ini murni berupa data kuantitatif, dan tidak dapat dilengkapi dengan penjelasan kualitatif.

Dalam mengukur SWB, juga digunakan metode *self-report*. Kelemahan menggunakan *self-report* bagi SWB antara lain adalah adanya kemungkinan bias karena (1) responden cenderung akan menjawab pertanyaan mengenai SWB dengan informasi yang saat itu dapat terpikir oleh dirinya, (2) adanya perbandingan dengan orang lain untuk mengukur SWB-nya, (3) dan adanya pengaruh *mood* terhadap jawaban responden (Schwarz & Strack, 1999).

Selain itu, di dalam penelitian ini, uji validitas *item* dan reliabilitas dari alat ukur afek positif menunjukkan bahwa cukup banyak *item* yang sebelumnya berkemungkinan tidak efektif dalam mengukur afek positif. Ada dua dugaan mengenai kenapa hal tersebut dapat terjadi. Dugaan pertama adalah adanya perbedaan kultur dalam pengembangan alat ukur afek positif tersebut. Perbedaan efektivitas dalam pengukuran afek positif dalam kultur yang berbeda mempunyai kemungkinan yang besar untuk terjadi, apabila mengacu pada pernyataan Diener dkk. (dalam Diener & Lucas, 1999) bahwa afek positif lebih dipengaruhi oleh norma kultural dibandingkan afek negatif. Hal tersebut menyebabkan perlunya konstruksi alat ukur afek positif yang lebih sesuai dengan kultur di Indonesia. Dugaan kedua adalah karena kurangnya keterangan secara operasional dari peneliti pada *item* afek positif di dalam kuesioner, sehingga responden tidak mendapatkan gambaran yang tepat mengenai *item* afek positif yang dipertanyakan.

Nilai alfa dari dimensi *reassurance of worth* juga rendah walaupun masih dapat diterima apabila mengacu pada Nunally (dalam Kerlinger & Lee, 2000). Ada beberapa kemungkinan mengapa hal tersebut dapat terjadi. Kemungkinan pertama, dimensi *reassurance of worth* memang tidak reliabel. Dua kemungkinan lain mengenai mengapa koefisien alfa di dalam dimensi tersebut terlalu rendah mengacu pada pernyataan Crocker dan Algina (1986). Crocker dan Algina mengatakan bahwa responden yang karakteristiknya terlalu homogen dan *item* tes yang sedikit dapat mengurangi reliabilitas skor tes.

Dilihat dari kontrol terhadap sampel yang ada di dalam penelitian ini, ada beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Keterbatasan pertama adalah peneliti tidak mengontrol jabatan secara spesifik pada sampel ibu bekerja di dalam

penelitian ini. Selain itu, peneliti tidak menanyakan alasan dari seorang ibu bekerja untuk berperan sebagai seorang pekerja sebagai data kontrol. Data kontrol lain yang tidak dipertanyakan adalah waktu yang digunakan oleh seorang ibu bekerja dalam mengerjakan pekerjaan rumah tangganya setiap minggu.

6.3. Saran

Saran yang bisa didapatkan dari penelitian ini adalah:

1. Menggunakan teknik pemilihan responden seperti *probability sampling* agar hasil penelitian dapat digeneralisir secara pasti ke dalam populasi.
2. Menyempurnakan alat ukur SWB (terutama untuk afek positif) dan PSS untuk Indonesia. SWB bisa disempurnakan dengan melakukan elisitasi terhadap afek positif apa yang dikenal oleh ibu bekerja yang menjadi sampel penelitian. PSS bisa disempurnakan dengan menambah *item* yang ada.
3. Melakukan elisitasi dari ibu bekerja di Jakarta mengenai *domain* kepuasan apa yang paling penting untuk dirinya. Hubungan mengenai PSS dengan kepuasan *domain* tersebut dapat menjadi penelitian yang menarik untuk dilakukan.
4. Dilakukan penelitian kualitatif untuk menggali lebih lanjut bagaimana PSS dapat berhubungan dengan SWB dan komponen-komponen SWB.
5. Melakukan penelitian mengenai hubungan antara PSS dengan *subjective well-being* pada ibu bekerja dengan karakteristik yang lain daripada karakteristik responden penelitian ini, misalnya pada ibu bekerja yang menjadi *single mothers*. Selain itu, dapat dilakukan penelitian mengenai hubungan antara *self-esteem* dengan SWB pada ibu bekerja di Jabodetabek.
6. Mengontrol jabatan ibu bekerja secara spesifik, misalnya hanya bekerja dalam pekerjaan yang sifatnya profesional atau pekerjaan yang sifatnya administratif.
7. Membandingkan SWB dari ibu bekerja dengan alasan utama menjadi pekerja di luar rumah karena terdesak kebutuhan ekonomi dan ibu bekerja dengan alasan utama menjadi pekerja di luar rumah karena ingin mengaktualisasikan diri. Selain itu, pengaruh waktu yang digunakan untuk

mengerjakan pekerjaan rumah tangga ditambah waktu yang digunakan untuk bekerja di luar rumah (jam kerja) pada SWB ibu bekerja juga menarik untuk dilihat.

Saran praktis berdasarkan hasil penelitian ini adalah membuat program peningkatan SWB ibu bekerja di Jabodetabek dengan meningkatkan PSS. Untuk meningkatkan PSS, seseorang perlu diberikan bantuan yang benar-benar ia butuhkan. Dukungan yang dapat ditingkatkan terutama adalah dukungan yang sifatnya menekankan pada keberhargaan diri dari ibu bekerja. Selain itu, Lakey dan Cassady (1990) mengatakan bahwa peningkatan PSS dapat dilakukan dengan mengurangi bias dari kesalahan mengingat frekuensi diberikannya dukungan. Dalam operasionalisasinya, ibu bekerja dapat diminta untuk membuat catatan secara tertulis mengenai seberapa sering ia menerima dukungan untuk meningkatkan PSS.

