

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan korelasi antara dukungan sosial dengan *Psychological Well-Being* sebesar 0,692 yang menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara dukungan sosial dengan *Psychological Well-being* pada ODHA Wanita di Yayasan Akses Indonesia Tasikmalaya. Artinya semakin positif pemaknaan terhadap dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi *Psychological Well-being* pada ODHA Wanita di Yayasan Akses Indonesia Tasikmalaya, Adapun hasil pengolahan data dengan rincian sebagai berikut:

- a. Berdasarkan 4 aspek dukungan sosial, dukungan emosional atau penghargaan dengan *psychological well-being* memiliki derajat korelasi paling tinggi dibandingkan dengan aspek dukungan sosial lainnya yaitu dengan r_s 0,698
- b. Berdasarkan 4 aspek dukungan sosial, dukungan informasi memiliki derajat korelasi paling rendah dengan *psychological well-being* dibandingkan dengan aspek dukungan sosial lainnya yaitu dengan r_s 0.644
- c. Pada variabel dukungan sosial terdapat 64% atau 16 ODHA wanita memaknakan positif dukungan sosial, dan 36% atau 9 ODHA wanita memaknakan negatif dukungan sosial.
- d. Pada variabel *psychological well-being* terdapat 68% atau 17 ODHA wanita dengan kategori tinggi dan 32% atau 8 ODHA wanita dengan kategori rendah.

- e. Dukungan emosional atau penghargaan merupakan aspek dukungan sosial tertinggi
- f. Dukungan informasi merupakan aspek dukungan sosial terendah
- g. *Positive Relation With Others* dan *Purpose of life* merupakan dimensi tertinggi *psychological well-being*
- h. *Self Acceptance* merupakan dimensi terendah *psychological well-being*

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, berikut ini diajukan beberapa saran berdasarkan hasil penelitian yang diharapkan dapat memberikan masukan :

1. Bagi Pihak Yayasan Akses Indonesia Tasikmalaya dan OHIDA diharapkan dapat meningkatkan frekuensi pemberian terhadap ODHA wanita yang masih memiliki *psychological well-being* rendah, misalnya staf, konselor, sesama ODHA dan OHIDA meluangkan waktu tiga kali seminggu untuk bercerita dan bertukar pikiran dengan ODHA wanita, agar mereka dapat mempersepsikan bahwa ia memiliki sumber dukungan yang siap membantu, saling berbagi dan bertukar informasi, semakin sering bantuan itu diberikan maka akan membangun suatu keyakinan yang menetap tentang *support* yang diberikan tersebut, sehingga hal tersebut dapat meningkatkan *Psychological Well-Being* ODHA wanita.
2. Bagi ODHA wanita yang masih memiliki pemaknaan negatif terhadap dukungan sosial, diharapkan untuk dapat asertif meminta bantuan sesuai dengan kebutuhan dan harapan sehingga orang-orang terdekat dapat

mengetahui bentuk dukungan yang sebenarnya dibutuhkan dan diharapkan oleh para ODHA wanita tersebut.

3. Bagi Pihak Yayasan Akses Indonesia Tasikmalaya diharapkan untuk lebih banyak memberikan dukungan informasi yang dibutuhkan oleh ODHA wanita, berupa saran, masukan, nasehat sehingga diharapkan ODHA wanita lebih dapat memahami dan mampu menghadapi permasalahannya.
4. Pada dimensi *self acceptance* yang memiliki total skor yang paling rendah rendah dibandingkan dengan dimensi lainnya, maka sebaiknya ODHA wanita memanfaatkan setiap pertemuan yang diadakan oleh YAKIN dengan lebih aktif melakukan konseling per-individu kepada konselor agar mampu menerima statusnya dan pengalamannya di masa lalu.
5. Bagi peneliti lain yang ingin meneliti dengan tema yang sama diharapkan dapat menyertakan pengumpulan data demografis sehingga dapat melihat perbedaan – perbedaan ODHA berdasarkan data demografis seperti suku bangsa dan kepribadian. Selain itu untuk lebih mengetahui *Psychological Well-being* ODHA sebaiknya disertai dengan adanya teknik wawancara lebih mendalam agar dapat tergambar secara jelas.