

BAB V

SIMPULAN SARAN DAN

5.1 Simpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- a. Mayoritas subjek pada penelitian ini memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi. Artinya sebagian besar para subjek merasakan kepuasan hidup yang tinggi meskipun tinggal dikawasan padat penduduk dengan segala keterbatasannya. Mereka lebih banyak merasakan afek positif meskipun begitu mereka masih tetap merasakan afek negatif namun dengan kadar yang sedikit atau rendah.
- b. Para subjek yang memiliki tingkat *subjective well-being* yang rendah pada penelitian ini, mereka memiliki tingkat *life satisfaction*, *positive affect* yang rendah dengan *negative affect* yang tinggi . Artinya mereka merasakan masih kurang puasan dengan hidupnya, lebih banyak merasakan *negative affect*, namun masih juga dapat merasakan *positive affect* meskipun hanya sedikit dan jarang.
- c. Baik pada subjek yang memiliki tingkat *subjective well-being* tinggi maupun pada subjek yang memiliki tingkat *subjective well-being* rendah, mereka masih merasakan *negative affect*, namun pada subjek dengan *subjective well-being* yang rendah *negative affect* lebih banyak dirasakan oleh subjek dibandingkan *positive affect* nya sehingga hal tersebut mempengaruhi pada kepuasannya, sedangkan pada warga dengan tingkat

subjective well-being tinggi mereka tetap merasakan *negative affect* namun dalam kadar yang sedikit, karena *positive affect* lebih sering dirasakan sehingga mereka lebih puas terhadap hidupnya dan lebih *well-being*.

- d. Perbedaan tingkat *subjective well-being* tersebut dikarenakan masing-masing dari warga memiliki cara pandang serta sikap yang berbeda terhadap harapan-harapan yang terwujud dan tidak.
- e. Mereka dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi lebih memandang positif terhadap seluruh kejadian yang tidak sesuai harapan dan lebih banyak mencari solusi dengan cepat bertindak, sedangkan pada warga dengan tingkat *subjective well-being* yang rendah mereka lebih banyak pasrah dan pesimis, memandang semua kejadian sebagai suatu hal yang mengecewakan dan tidak diinginkan, memandang secara negatif setiap harapan yang tidak dapat diwujudkan, dan lebih banyak diam tidak melakukan apa-apa.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka saran yang dapat disampaikan adalah:

- a. Bagi subjek yang memiliki tingkat *subjective well-being* tinggi diharapkan dapat tetap mempertahankan kepuasan hidup dan afek positif yang tinggi, dengan cara selalu berpandangan positif dan tidak persikap pasif ketika menghadapi suatu persoalan atau ketika menghadapi masalah dalam hidup mereka.

- b. Bagi subjek yang memiliki tingkat *subjective well-being* rendah warga diharapkan dapat memandang suatu permasalahan dengan lebih terbuka, tidak terlalu menyalahkan dirinya atas semua hal yang terjadi yang tidak sesuai dengan harapannya. Lebih banyak melakukan usaha untuk meningkatkan kesejahteraannya banyak bertindak aktif Agar mereka jauh lebih sering merasakan *positive affect* di bandingkan dengan *negative affect* nya.
- c. Bagi peneliti lain yang tertarik untuk melanjutkan penelitian ini, disarankan agar meneliti terhadap prediktor-prediktor yang membentuk *subjective well-being* warga sehingga gambaran kondisi warga disana akan jauh lebih jelas, hal-hal apa yang paling berpengaruh terhadap *subjective well-being* warga dan prediktor mana yang paling tinggi pengaruhnya terhadap *subjective well-being* mereka.