

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini, peneliti akan memaparkan simpulan dari analisis yang telah dilakukan pada bab sebelumnya, beserta saran yang terarah sesuai dengan hasil penelitian.

#### 5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data mengenai *psychological well-being* pada lesbian usia dewasa awal (18-25 tahun) di komunitas “X” Kota Jakarta, diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Sebagian lesbian usia dewasa awal di komunitas “X” Kota Jakarta menunjukkan *psychological well-being* yang tinggi dan sebagian menunjukkan *psychological well-being* yang rendah.
2. Pada lesbian usia dewasa awal di komunitas “X” yang memiliki *psychological well-being* tinggi, sebagian besar memiliki derajat yang tinggi pada dimensi-dimensi *psychological well-being*. Begitu pula pada lesbian yang memiliki *psychological well-being* rendah, ditunjang dengan derajat dimensi-dimensi yang rendah pula.
3. Dari faktor-faktor yang mempengaruhi dimensi-dimensi *psychological well-being*, yaitu status sosial, dukungan sosial dan faktor kepribadian.

Faktor yang paling berkaitan adalah *trait openness to experience* dan *extraversion* dari faktor kepribadian. *Trait openness to experience* memiliki keterkaitan dengan keenam dimensi *psychological well-being* dan pada *trait extraversion* memiliki keterkaitan dengan dimensi *self-acceptance*, *positive relations with others*, *environmental mastery*, *purpose in life* dan *personal growth*.

## **5.2. Saran**

### **5.2.1. Saran Teoritis**

1. Melakukan penelitian kualitatif agar data yang diperoleh lebih mendalam sehingga dapat lebih menjelaskan dinamika dari keenam dimensi *psychological well-being*.
2. Perlu dipertimbangkan melakukan penelitian untuk mengetahui kontribusi *trait openness to experience* yang mempengaruhi *psychological well-being* terhadap derajat *psychological well-being* secara keseluruhan.

### **5.2.2. Saran Praktis**

1. Menginformasikan kepada lesbian dengan derajat *psychological well-being* yang tinggi untuk tetap mempertahankannya.
2. Menginformasikan kepada lesbian untuk melakukan usaha dalam meningkatkan dimensi-dimensi *psychological well-being*. Peningkatan tersebut dapat dilakukan dengan konseling, mengikuti seminar-seminar atau *sharing* dengan sesama lesbian terkait dengan penerimaan diri dan

kemandirian, mengikuti berbagai kegiatan yang dihayati sesuai dengan bakat yang dimiliki, dan mengikuti aktivitas-aktivitas maupun organisasi yang tergabung dengan masyarakat lainnya agar dapat memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, serta membuat berbagai perencanaan dalam hidup terkait dengan apa saja yang hendak dicapai.

3. Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh komunitas “X” sebagai panduan penyelenggaraan kegiatan untuk meningkatkan dimensi-dimensi dari *psychological well-being*.
4. Memberikan dukungan dan memberikan informasi kepada orang tua maupun keluarga yang membutuhkan yang memiliki anggota keluarga seorang lesbian agar mengetahui gambaran mengenai *psychological well-being* pada lesbian.