

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan dipaparkan simpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan. Selain itu akan diuraikan saran-saran bermanfaat, baik bagi penelitian selanjutnya maupun pembaca yang ingin menjadikan penelitian ini sebagai bahan pengetahuan tambahan.

#### 5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 60 orang istri TNI-AD di Kota Bogor yang sedang ditinggalkan oleh suami dalam penugasan kewilayah perbatasan NKRI, mengenai derajat *subjective well-being* (SWB), dapat diambil simpulan sebagai berikut.

1. Penelitian ini bermanfaat sebagai sumber informasi mengenai derajat *subjective well-being* pada istri TNI-AD di Kota Bogor yang sedang ditinggalkan dalam penugasan di wilayah perbatasan NKRI dan aspek-aspek yang menyertainya, yaitu aspek kognitif berupa kepuasan hidup secara menyeluruh (*Life satisfaction*), dan aspek afektif berupa afek positif, dan afek negatif.
2. Kepergian suami dalam penugasan ke wilayah perbatasan NKRI, mempengaruhi derajat SWB pada istri TNI-AD di Kota Bogor.
3. Istri TNI-AD di Kota Bogor yang sedang ditinggalkan oleh suami ke wilayah perbatasan NKRI memiliki beban fisik dan tanggungjawab seperti kewajiban untuk hadir dalam setiap acara PERSIT, bekerja di luar batalyon (apabila memiliki profesi lain), mengurus rumah tangga dan aturan didalam Batalyon sendirian, istri juga memiliki beban psikis seperti rasa takut akan terjadi peristiwa buruk di tempat

suaminya bertugas, rasa cemas karena sulitnya berkomunikasi dengan suami, rasa takut apabila suami berselingkuh di tempat penugasan, rasa sedih berada jauh dari suami dalam kurun waktu yang lama, dan rasa lelah sebagai *single fighter*.

4. Istri TNI-AD di Kota Bogor yang sedang ditinggalkan oleh suami dalam penugasan ke wilayah perbatasan NKRI lebih banyak yang memiliki SWB dengan derajat rendah.
5. Istri TNI-AD di Kota Bogor yang sedang ditinggalkan oleh suami dalam penugasan ke wilayah perbatasan NKRI sebagian besar memiliki *life satisfaction* dengan derajat rendah karena munculnya rasa tidak puas pada istri TNI-AD terhadap setiap aspek kehidupan yang dimiliki sejak awal kehidupan hingga saat ini terutama karena kepergian suami sehingga menimbulkan perasaan bahwa hidup tidak berjalan dengan baik dan tidak lancar.
6. Istri TNI-AD di Kota Bogor yang sedang ditinggalkan oleh suami dalam penugasan ke wilayah perbatasan NKRI sebagian besar memiliki afek positif dengan derajat rendah, dan afek negatif dengan derajat tinggi. Hal ini disebabkan karena selama kepergian suami dalam penugasan, istri memikul tanggungjawab sebagai *single fighter* yang harus memikul beban fisik, beban psikis, serta berbagai tanggungjawab di dalam Batalyon 315 sehingga lebih banyak menghayati perasaan negatif seperti perasaan negatif, buruk, tidak senang, sedih, takut, dan marah.
7. Faktor usia, pendidikan, dan kesehatan turut mempengaruhi derajat tinggi atau rendahnya SWB pada istri TNI-AD di Kota Bogor yang sedang ditinggalkan oleh suami dalam penugasan ke wilayah perbatasan NKRI. Sedangkan faktor penghasilan, agama, dan aktivitas tidak terlalu signifikan berpengaruh terhadap derajat tinggi atau

rendahnya SWB pada istri TNI-AD di Kota Bogor yang sedang ditinggalkan oleh suami dalam penugasan kewilayah perbatasan NKRI.

## **7.2.Saran**

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dikemukakan mengenai *subjective well-being*, maka peneliti mengemukakan saran yang dapat dipertimbangkan, yaitu sebagai berikut.

### **7.2.1. Saran Teoritis**

Bagi peneliti lain yang berminat untuk melakukan penelitian lanjutan mengenai *subjective well-being* disarankan untuk :

1. Meneliti lebih lanjut mengenai korelasi antara faktor-faktor yang mempengaruhi SWB dengan SWB, seperti faktor genetik, kepribadian, kontak sosial, tujuan hidup, agama, jeniskelamin, status pernikahan, pekerjaan, aktivitas, maupun penghasilan.
2. Diperlukan observasi dan wawancara untuk melengkapi dan memperkaya hasil penelitian.
3. Karena penelitian ini menggunakan populasi dengan ukuran kecil, maka untuk penelitian selanjutnya dapat dilakukan pada sampel maupun populasi dengan ukuran yang lebih besar agar hasil penelitian yang didapatkan lebih jelas dan pasti.

### 7.2.2. Saran Praktis

1. Bagi istri TNI-AD yang sedang ditinggalkan oleh suami dalam penugasan ke wilayah perbatasan NKRI, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi dan bahan pertimbangan untuk mengikuti berbagai kegiatan yang dapat menciptakan pikiran dan perasaan positif, seperti sosialisasi mengenai manfaat konseling, konseling, penyuluhan mengenai *ihappiness*, *talk show* mengenai *happiness* dan kesejahteraan, dll.
2. Bagi organisasi PERSIT, psikolog yang bertugas di Batalyon 315, dan Pembina PERSIT hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi dan bahan pertimbangan untuk mengadakan berbagai kegiatan yang mampu mendukung para istri yang sedang ditinggalkan dalam penugasan agar lebih mampu menghayati hidup dan perasaan secara positif, seperti dengan mengadakan kegiatan *sharing*, motivasi, yoga bersama untuk menenangkan pikiran, sosialisasi mengenai manfaat konseling, konseling, penyuluhan mengenai *happiness*, *talkshow* mengenai *happiness* dan kesejahteraan, dll.