

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data mengenai derajat *psychological well-being* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 'X' di kota Bandung, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar (92%) mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 'X' memiliki derajat *psychological well-being* (PWB) tinggi, yang berarti mahasiswa tersebut memiliki penilaian positif terhadap pengalaman-pengalaman hidupnya.
2. Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 'X' Bandung menunjukkan dimensi *personal growth*, *positive realtions with others* dan *purpose in life* yang lebih besar persentasenya dibandingkan dimensi *self-acceptance*, *environmental mastery* dan *autonomy*.
3. Dimensi *self-acceptance* berkaitan dengan:
 - Tingkat pendidikan, yaitu mahasiswa angkatan 2009 menunjukkan derajat rendah pada dimensi ini (34,3%), lebih banyak jika dibandingkan dengan angkatan lainnya (2005, 2006, 2007 dan 2008).
 - Tipe kepribadian menurut *Big Five Personality*, yaitu mahasiswa yang memiliki tipe kepribadian *neuroticism* menunjukkan derajat rendah pada dimensi ini (60%), lebih banyak jika dibandingkan dengan tipe kepribadian lainnya (*agreeableness*, *conscientiousness*, *extraversion* dan *openness to experience*).

- Status sosioekonomi, yaitu seluruh mahasiswa yang memiliki status sosioekonomi atas menunjukkan derajat tinggi pada dimensi ini (100%).

4. Dimensi *positive relations with others* berkaitan dengan:

- Tipe kepribadian menurut *Big Five Personality*, yaitu mahasiswa yang memiliki tipe kepribadian *agreeableness* menunjukkan derajat tinggi pada dimensi ini (98,3%), lebih banyak jika dibandingkan dengan tipe kepribadian lainnya (*conscientiousness, extraversion, neuroticism* dan *openness to experience*).
- Jenis kelamin, yaitu mahasiswa wanita menunjukkan derajat tinggi pada dimensi ini (95,5%), lebih banyak jika dibandingkan dengan mahasiswa pria.
- Usia, yaitu mahasiswa yang berada pada tahap perkembangan remaja akhir menunjukkan derajat tinggi pada dimensi ini (95,1%), lebih banyak jika dibandingkan dengan mahasiswa yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal.
- Status sosioekonomi, yaitu seluruh mahasiswa yang memiliki status sosioekonomi atas menunjukkan derajat tinggi pada dimensi ini (100%).
- Tingkat pendidikan, yaitu seluruh mahasiswa angkatan 2007 menunjukkan derajat tinggi (100%) pada dimensi ini.

5. Dimensi *personal growth* berkaitan dengan:

- Tipe kepribadian menurut *Big Five Personality*, yaitu seluruh mahasiswa yang memiliki tipe kepribadian *openness to experience* menunjukkan derajat tinggi pada dimensi ini (100%).

6. Dimensi *purpose in life* berkaitan dengan:

- Tingkat pendidikan, yaitu mahasiswa angkatan 2005 menunjukkan derajat tinggi pada dimensi ini (98,3%), lebih banyak jika dibandingkan dengan angkatan lainnya (2006, 2007, 2008 dan 2009).

7. Dimensi *environmental mastery* berkaitan dengan :

- Usia, yaitu mahasiswa yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal menunjukkan derajat tinggi pada dimensi ini (90%), lebih banyak jika dibandingkan dengan mahasiswa pada tahap perkembangan remaja akhir.
- Tipe kepribadian menurut *Big Five Personality*, yaitu mahasiswa yang memiliki tipe kepribadian *neuroticism* menunjukkan derajat rendah pada dimensi ini (45%), lebih banyak jika dibandingkan dengan tipe kepribadian lainnya (*agreeableness, conscientiousness, extraversion* dan *openness to experience*).
- Jenis kelamin, yaitu mahasiswa wanita menunjukkan derajat tinggi pada dimensi ini (87,3%), lebih banyak jika dibandingkan dengan mahasiswa pria.

8. Dimensi *autonomy* berkaitan dengan:

- Usia, yaitu mahasiswa yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal menunjukkan derajat tinggi pada dimensi ini (95%), lebih banyak jika dibandingkan dengan mahasiswa pada tahap perkembangan remaja akhir.
- Jenis kelamin, yaitu mahasiswa pria menunjukkan derajat tinggi pada dimensi ini (81%), lebih banyak jika dibandingkan dengan mahasiswa wanita.
- Tipe kepribadian menurut *Big Five Personality*, yaitu mahasiswa yang memiliki tipe kepribadian *neuroticism* menunjukkan derajat rendah pada

dimensi ini (62,5%), lebih banyak jika dibandingkan dengan tipe kepribadian lainnya (*agreeableness, conscientiousness, extraversion* dan *openness to experience*).

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

1. Perlu dipertimbangkan untuk melakukan penelitian pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang dikaji berdasarkan setiap angkatan secara mendalam.
2. Perlu dipertimbangkan untuk melakukan penelitian pada mahasiswa fakultas lain yang memiliki profesi yang berkaitan dengan kesejahteraan manusia, maupun secara umum.
3. Perlu dipertimbangkan untuk melakukan penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* sehingga dapat diketahui mengenai dinamikanya.
4. Perlu dipertimbangkan untuk melakukan penelitian *psychological well-being* pada suku bangsa yang berbeda.

5.2.2 Saran Praktis

- Memberikan informasi kepada pejabat structural bagian kemahasiswaan/pimpinan Fakultas Psikologi agar dapat merancang program-program untuk meningkatkan *psychological well-being* dan dimensi-dimensi *psychological well-being* yang kurang tinggi, seperti mengikuti seminar pengembangan kompetensi dan pelatihan mengenai *leadership* dan *management* diri untuk meningkatkan dimensi *personal growth* dan *environmental mastery*; mengikuti

seminar pengenalan diri untuk meningkatkan dimensi *self-acceptance* dan *autonomy*; mengikuti seminar motivasi untuk meningkatkan dimensi *purpose in life*; serta membangun relasi dengan dosen, yunior dan senior dengan diskusi atau kerja kelompok untuk meningkatkan dimensi *positive relations with others*.