

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

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

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pengolahan data mengenai derajat *Psychological Well-Being* (PWB) yang dilakukan pada Anggota di Komunitas online “X”, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Jumlah individu yang memiliki kategori rendah dan tinggi pada setiap dimensi relatif sama.
2. Tingginya hasil PWB tidak diikuti dengan skor yang tinggi pada seluruh *Big Five personality*
3. Anggota di Komunitas “X” yang menunjukkan derajat PWB tinggi sebagian besar berada di usia 18-39 tahun, berjenis kelamin pria, pendidikan terakhir diploma dengan pekerjaan sebagai pelajar dan belum memiliki penghasilan tetap serta menunjukkan derajat tinggi pula pada dimensi *Positive relationship with other*. Hal tersebut berkaitan dengan kondisi sebagai *lajang* yang memicu mereka berusaha memaksimalkan diri menjalankan peran dan tugas-

tugasnya dengan baik sehingga berpengaruh pula pada penilaian diri bahwa mereka mampu menjalin relasi yang positive dengan sesama.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Saran Teoretis

1. Perlu dipertimbangkan melakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh *Big Five* dengan PWB pada *anggota* di Komunitas “X”.
2. Perlu dipertimbangkan melakukan penelitian untuk mengetahui kontribusi dimensi-dimensi PWB terhadap derajat PWB secara keseluruhan.

### 5.2.2 Saran Praktis

1. *Anggota* dengan derajat PWB yang tinggi perlu mempertahankannya sedangkan *anggota* dengan derajat PWB yang rendah perlu melakukan usaha untuk meningkatkannya melalui pengembangan dimensi-dimensi PWB. Pengembangan tersebut dapat dengan mengikuti Seminar atau *training* pengenalan diri (*Self-Acceptance, Autonomy*), mengikuti kegiatan-kegiatan yang sesuai bakat dan minat untuk mengasah kemampuan mereka (*Personal Growth, Purpose in Life, Environmental Mastery*) dan melibatkan diri pada kegiatan Komunitas (*Positive Relation with Others*).
2. Pihak Komunitas “X” dapat mengadakan kembali kegiatan *gathering* bagi anggota dan mendorong mereka agar berpartisipasi dalam kegiatan tersebut. Kegiatan dapat berupa *talkshow, sharing* pengalaman dari *lajang* yang dinilai

sukses dan dapat menjadi inspirasi maupun motivasi para anggota serta kegiatan rekreasi bersama yang dapat menumbuhkan keakraban antar anggota dalam rangka meningkatkan PWB mereka.