

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil pemaparan dan analisis data hasil penelitian tentang *subjective well-being* perempuan banjar lansia yang hidup melajang dapat disimpulkan bahwa:

Ada empat aspek yang dirasakan oleh kedua subjek yaitu, Evaluasi kepuasan hidup (*life satisfaction*), yang mana kedua subjek memiliki alasan tersendiri kenapa memutuskan untuk hidup melajang. Lalu Evaluasi terhadap kepuasan pada domain tertentu (*domain satisfaction*), kedua subjek merasa senang karena mendapat pengertian dan pemahaman dari pihak keluarga dan teman-temannya. Afek positif (*positive affect*), kedua subjek memiliki alasan tersendiri kenapa merasa bahagia ketika menjalani hidup sebagai lajang. Afek negative (*negative affect*), berdasarkan data yang didapatkan dari kedua subjek, ada perbedaan penggambaran afek negative antar dua subjek. Subjek SH kadang mendapatkan kesulitan yang dia rasakan seperti kalau ingin melakukan apapun serba sendiri dan tidak ada yang membantu ataupun menemani. Sementara subjek A pernah merasakan kesepian tetapi subjek mempunyai cara untuk mengatasi kesepian tersebut salah satunya dengan beribadah.

Dan dua faktor yang di alami oleh kedua subjek :

1. Faktor internal (kebersyukuran), perilaku kedua subjek yang sama sama merasakan kebersyukuran atas keputusannya untuk hidup melajang.
2. Faktor eksternal (dukungan sosial), tanggapan keluarga dan teman-teman kedua subjek memperlihatkan kesamaan yaitu tidak menghakimi keputusan dari kedua

subjek, pihak keluarga dan teman-teman kedua subjek mau memahami keputusan mereka untuk hidup melajang.

B. Rekomendasi

Sesuai dengan hasil penelitian dan berdasarkan pemahaman dan kesimpulan yang ada, maka penulis memberikan beberapa saran, yaitu:

1. Bagi Subjek

Bagi kedua partisipan diharapkan dapat meningkatkan *subjective well-being* pada dirinya dengan cara lebih mempertahankan dan meningkatkan relasi terhadap Tuhan dan lingkungan sekitar.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan lebih teliti melihat faktor – faktor lain yang mempengaruhi *subjective well-being* pada partisipan.
- b. Bagi peneliti selanjutnya juga untuk lebih tepat memilih subjek penelitian sesuai kriteria agar hasil temuan yang didapatkan sesuai dan dapat menjawab pertanyaan penelitian, selain itu juga perlu menambah jumlah pengambilan subjek penelitian agar banyak data yang didapatkan.