

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara pemaafan dengan kesejahteraan subjektif pada dewasa awal. Hal tersebut dapat dilihat dari koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,295 dengan taraf signifikansi ($p < 0,050$) yang berarti ada hubungan positif antara pemaafan dengan kesejahteraan subjektif pada dewasa awal. Artinya semakin tinggi pemaafan maka semakin tinggi kesejahteraan subjektif pada dewasa awal, dan sebaliknya semakin rendah pemaafan maka semakin rendah pula kesejahteraan subjektif pada dewasa awal. Berdasarkan hasil kategorisasi dapat diketahui bahwa sebagian besar dewasa awal memiliki pemaafan yang cenderung sedang dengan presentase sebesar 70,1% (82 subjek) dan kesejahteraan subjektif cenderung sedang dengan presentase sebesar 82,90% (97 subjek). Hasil penelitian ini memperoleh nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,087 yang menunjukkan bahwa variabel pemaafan berkontribusi sebesar 8,70% terhadap variabel kesejahteraan subjektif dan sisanya 91,30% dipengaruhi oleh faktor lain yaitu dukungan social, kebersyukuran, kepribadian, harga diri, spiritualitas.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil pembahasan, maka diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, individu yang memasuki usia dewasa awal dapat lebih meningkatkan pemaafan dalam dirinya guna mengatasi emosi negatif seperti marah, sedih, maupun perasaan dendam akibat konflik atau permasalahan yang dialami individu. Selain itu, dengan memiliki pemaafan yang tinggi individu dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif dalam dirinya untuk mencapai tugas perkembangan individu, sehingga individu akan merasa puas dan bahagia dengan kehidupannya.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Saran untuk peneliti selanjutnya yaitu lebih memperhatikan kontrol subjek penelitian dengan memberikan identitas yang lengkap sesuai dengan permasalahan penelitian. Selain itu, disarankan untuk melakukan penelitian dengan variabel lain yang menjadi faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya kesejahteraan subjektif seperti dukungan sosial, kebersyukuran, kepribadian, harga diri, spiritualitas.