

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian dan pembahasan mengenai analisis hubungan antara resiliensi dan *self-compassion* dengan kesejahteraan subjektif, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Variabel resiliensi (X1) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan dengan variabel kesejahteraan subjektif (Y).
2. Variabel *self-compassion* (X2) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan dengan variabel kesejahteraan subjektif (Y).
3. Kedua variabel independen yaitu resiliensi (X1) dan *self-compassion* (X2) secara bersama-sama (simultan) memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel dependen yaitu kesejahteraan subjektif (Y).

B. Saran

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dari kesimpulan di atas, saran yang dapat disampaikan adalah sebagai berikut :

1. Bagi remaja panti asuhan

Bagi remaja panti asuhan, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan atau bahan pertimbangan untuk dapat lebih memiliki emosi dan pemikiran yang positif agar meningkatkan resiliensi dan *self-compassion*, bahwa keberadaan keduanya antara resiliensi dan *self-*

compassion harus muncul bersamaan agar remaja panti asuhan dapat mencapai kesejahteraan subjektif yang lebih baik.

2. Bagi pengasuh panti asuhan

Bagi pengasuh panti asuhan, diharapkan dapat lebih dalam memberikan dukungan agar remaja panti asuhan dapat lebih merasa positif baik dalam berpikir dan berperilaku yang dapat menghasilkan terbentuknya resiliensi dan *self-compassion* sehingga kesejahteraan subjektif remaja panti asuhan dapat mudah dicapai.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat meneliti terkait hubungan antar ketiga variabel dalam penelitian ini. Sebagai bahan pertimbangan, bahwa kekurangan dalam penelitian ini ialah tidak dilaksanakannya *try out* sebelum pelaksanaan penelitian. Dan hasil penelitian tidak didapati responden dengan jenis kelamin laki-laki. Sehingga, diharapkan peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan pelaksanaan *try out*, dan memperluas jangkauan panti asuhan agar didapati responden dengan jenis kelamin laki-laki.