

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Bisnis desain grafis yang semakin ketat membuat perusahaan mengharuskan desainer grafis untuk bekerja secara optimal dan bekerja sesuai target yang ditetapkan (Wibowo, 2013). Tuntutan sebagai desainer grafis dalam memenuhi target yang ditetapkan perusahaan dalam menjalani pekerjaannya, tidak menutup kemungkinan adanya hal-hal tersebut menjadikan pekerjaan sebagai desainer grafis memiliki banyak kesulitan dalam menjalani berbagai tugas pekerjaannya (Wibowo, 2013). Hal tersebut memungkinkan berdampak pada emosi yang tidak menyenangkan dan merefleksikan respon negatif terhadap kehidupannya seperti mengabaikan kesehatan, merasa sedih atau susah, kecewa, bersalah, takut dan gelisah menghadapi aktivitasnya (Diener, 2009). Oleh karena itu, dibutuhkan AQ agar desainer grafis dapat memiliki daya tahan di bisnis desain grafis yang semakin ketat.

Menurut Stoltz (2004) adanya AQ dalam diri seseorang dapat mengatasi kesulitan yang dihadapinya. Kemampuan seseorang dalam menghadapi dan mengatasi kesulitan secara teratur membuat kehidupan seseorang menjadi bahagia. Diener (2009) menyatakan bahwa kebahagiaan erat hubungannya dengan SWB. Lebih lanjut, seseorang yang bahagia akan mengalami efek positif yang menyenangkan seperti merasa kelegaan hati, kasih sayang, dan gembira. Perasaan

gembira membuat seseorang lebih produktif, motivasi bekerja tinggi, dan senang menjalani pekerjaannya (As'ad, 2004).

Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) sebesar 0.839 ( $p = 0.000$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara AQ dengan SWB pada desainer grafis. Artinya semakin tinggi AQ maka semakin tinggi pula SWB, sebaliknya semakin rendah AQ maka semakin rendah pula SWB. Dengan demikian, hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa variabel AQ memberikan sumbangan efektif sebesar 70.3% terhadap variabel SWB dan sisanya 29.7% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini yaitu faktor harga diri, kontrol diri, ekstrovert, optimis, relasi sosial, dan tujuan hidup.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut:

### **1. Bagi subjek**

Bagi subjek, agar dapat meningkatkan SWB maka perlu meningkatkan AQ yang dimilikinya dengan cara yakin bahwa dirinya mampu mengontrol serta mengelola berbagai peristiwa yang terjadi dalam hidupnya, mengakui dan bertanggung jawab atas permasalahan yang terjadi karena perbuatannya, ketika terjadi permasalahan pribadi maka mampu bekerja secara optimal dengan tidak membawa permasalahan tersebut ke dalam pekerjaannya, dan mampu

bertahan dalam menghadapi berbagai kesulitan ditempat kerja dengan berusaha untuk menggunakan cara yang tepat dalam mengatasi masalah dan cara yang cepat dalam menyelesaikan masalah.

2. Bagi pelaku bisnis pada bidang desain bisnis grafis

Bagi pelaku bisnis pada bidang desain grafis diharapkan lebih memahami dan memperhatikan tingkat SWB desainer grafisnya, sehingga perusahaan dapat meningkatkan SWB melalui peran yang diberikan dari AQ yaitu dengan memperhatikan bagaimana karyawan mengontrol dirinya saat terjadi di tempat kerja, sejauh mana karyawan mengakui kesalahan serta bertanggungjawab ketika berbuat kesalahan, sejauh mana karyawan dapat bekerja secara optimal ketika dirinya memiliki permasalahan di luar maupun didalam pekerjaannya, dan sejauhmana karyawan dapat bertahan oleh tuntutan-tuntutan perusahaan dengan tidak mengeluh menjalani aktivitasnya. Hal-hal tersebut jika lebih di perhatikan dan di tanggulangi oleh atasan maupun perusahaan akan menumbuhkan kepuasan dan kesenangan karyawan dalam menjalani dan menyelesaikan pekerjaannya sehingga dapat menimbulkan SWB di dalam diri karyawan. Penelitian ini juga diharapkan sebagai sumber data empiris bagi pihak perusahaan untuk merancang program intervensi agar dapat meningkatkan SWB pada desainer grafis.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti dengan mempertimbangkan faktor-faktor lainnya yang tidak di teliti dalam penelitian ini seperti faktor harga diri, kontrol diri, ekstrovert, optimis, relasi sosial, dan

tujuan hidup. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat mempertimbangkan dalam melaklaskanakan penelitian, karena penelitian ini dilakukan tidak di semua perusahaan grafis karena banyak perusahaan yang tidak memberikan izin sehingga peneliti tidak dapat menggeneralisasikan penelian ini kepada semua subjek. Penelitian ini memiliki keterbatasan surat izin penelitian dari Dinas atau tidak meminta surat izin dari Dinas terkait. Oleh karena itu, diharapkan peneliti selanjutnya meminta surat izin terlebih dahulu dari bagian Dinas agar lebih banyak lagi perusahaan yang dapat menerima skala yang akan di sebarakan kepada subjek.

Penelitian ini juga masih memiliki kelemahan yaitu pada hasil data awal atau permasalahan yang terjadi sebelum penelitian menunjukkan bahwa subjek memiliki AQ dan SWB dalam kategori rendah, sehingga data tersebut berlainan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa subjek memiliki hasil kategorisasi pada setiap variabel dengan tingkat yang sedang. Hal tersebut terjadi bisa saja karena subjek dalam kondisi yang tidak baik seperti merasa kelelahan, *mood* (keadaan emosional yang bersifat sementara) subjek saat mengisi skala kurang baik, adanya *defence* yaitu pertahanan diri artinya subjek tidak ingin terlihat buruk dimata peneliti akhirnya subjek mengisi skala dengan hal-hal yang memperlihatkan bahwa dirinya baik-baik saja (tidak sesuai dengan keadaan yang sebenarnya).