

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara Perilaku Altruistik dengan *Subjective Well-Being* pada individu dewasa awal, hal tersebut ditunjukkan dengan koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,327 ($p < 0,001$). Individu usia dewasa awal yang memiliki perilaku altruistik ditunjukkan dengan perilaku menolong orang lain dan memiliki empati terhadap orang lain, dengan begitu individu tersebut dapat memiliki penilaian yang positif akan kehidupannya dan menunjukkan *subjective well-being* yang baik. Sebaliknya, individu dewasa awal yang memiliki perilaku altruistik yang rendah cenderung memiliki *subjective well-being* yang rendah pula. Perilaku altruistik memberikan kontribusi sebesar 10,7% terhadap *subjective well-being* pada Individu dewasa awal, sementara 89,3% sisanya dapat berhubungan dengan faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti harga diri, optimisme, harapan, dan faktor lainnya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa saran yang dapat peneliti berikan, antara lain :

1. Bagi Subjek

Untuk meningkatkan *Subjective Well-Being* subjek, individu dapat melakukan kegiatan yang bermakna seperti membantu orang lain.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Perilaku Altruistik memberikan sumbangan efektif terhadap *Subjective Well-Being* sebesar 10,7% sementara sisanya

89,3% dipengaruhi oleh faktor lain yang belum diteliti. Peneliti lain dapat memperdalam kajian mengenai *Subjective Well-Being* dengan meneliti faktor-faktor lain yang dapat berhubungan dengan *Subjective Well-Being* seperti harga diri, optimisme dan harapan, dan faktor-faktor lainnya. Peneliti selanjutnya disarankan untuk tidak memakai skala *Subjective Well-Being* pada skripsi ini karena skala tersebut uji daya beda rendah.