

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi adanya hubungan antara *forgiveness* dan *subjective well-being* pada mahasiswa yang mengalami kekerasan psikis secara verbal. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, memperoleh nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,741 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,050$) diperoleh kesimpulan bahwa terdapat korelasi positif antara *forgiveness* dan *subjective well-being* pada mahasiswa yang mengalami kekerasan psikis verbal. Artinya, semakin tinggi tingkat *forgiveness* yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat *subjective well-being* mahasiswa. Sebaliknya, apabila tingkat *forgiveness* mahasiswa rendah, maka *subjective well-being* mereka juga cenderung rendah. Selain itu, studi ini menunjukkan bahwa variabel *forgiveness* berada dalam kategori tinggi, demikian pula dengan variabel *subjective well-being* yang juga tergolong dalam kategori tinggi.

B. Saran

Didasarkan pada hasil temuan penelitian, oleh karena itu peneliti menyampaikan sejumlah saran yaitu:

1. Untuk Subjek

Subjek perlu mempertahankan sikap *forgiveness* agar *subjective well-being* yang dimiliki mahasiswa yang tetap pada kategori cenderung tinggi. Dengan beberapa

cara yang pertama melatih empati dan memahami perspektif orang lain yang telah menyakiti, kedua fokus pada kebahagiaan dan kegiatan yang membuat diri subjek merasa baik tentang diri sendiri, yang ketiga memberi diri sendiri kasih sayang dan pengertian, sama seperti ketika subjek akan memberikan kasih sayang dan pengertian kepada orang lain yang subjek sayangi.

2. Untuk Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambah durasi pengambilan data dan menambah sumber daya guna memaksimalkan penelitian. Peneliti selanjutnya bisa menggunakan pendekatan secara kualitatif sehingga hasilnya dapat diinterpretasikan dalam bentuk kalimat dengan menggali secara dalam dinamika psikologis subjek dalam prosesnya.