

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis yang telah dilaksanakan, kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel *self-compassion* terhadap variabel *subjective well-being* dengan besaran pengaruh bernilai 24.5%. Semakin tinggi *self-compassion*, maka dapat diprediksi semakin tinggi pula *subjective well-being*. Selanjutnya, didapatkan hasil tingkat *self-compassion* pada subjek penelitian ini didominasi berada pada kategori sedang (60.4%). Selain itu, tingkat *subjective well-being* secara keseluruhan pada subjek dalam penelitian ini didominasi berada pada kategori sedang (40.27%) dan tinggi (40.27%).

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa hal yang peneliti sarankan untuk penelitian selanjutnya yaitu sebagai berikut:

1. Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk dapat menyertakan kontrol terhadap kondisi lingkungan panti asuhan. Dalam penelitian ini, kondisi lingkungan panti asuhan masih beragam yaitu dimulai dari layak huni sampai dengan kurang layak huni. Diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat memperhatikan kondisi lingkungan panti asuhan yang setara agar didapatkan hasil yang lebih akurat. Hal ini dikarenakan lingkungan tempat tinggal

menjadi salah satu hal yang dapat mempengaruhi kondisi *subjective well-being* pada individu.

2. Bagi peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk meneliti faktor-faktor lain yang dapat berpengaruh terhadap *self-compassion* maupun *subjective well-being* seperti faktor jenis kelamin, faktor kepribadian, faktor hubungan sosial dan faktor lainnya.

5.2.2 Saran Praktis

a. Bagi Remaja Pantu Asuhan

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa remaja pantu asuhan memiliki tingkat *self-compassion* dalam kategori sedang serta *subjective well-being* dalam kategori yang sedang dan tinggi. Remaja pantu asuhan diharapkan untuk dapat melakukan usaha-usaha dalam mempertahankan atau bahkan meningkatkan kondisi tersebut ketika menjalani kehidupan di pantu asuhan. Kondisi *self-compassion* yang baik dapat membantu remaja lebih tenang dalam menghadapi berbagai permasalahan, di mana hal ini akan meningkatkan kepuasan hidup dan perasaan positif yang dirasakannya dalam kehidupan.

b. Bagi Pengurus Pantu Asuhan

Pengurus pantu asuhan, terutama pengasuh memiliki peran yang penting bagi kondisi psikologis remaja pantu asuhan. Berbagai perangkat pantu asuhan, baik pengurus maupun pengasuh diharapkan dapat lebih memberi perhatian, pendampingan, dukungan serta kasih sayang bagi anak asuh sehingga anak asuh merasa nyaman dan merasakan adanya kehangatan keluarga. Berbagai bentuk *support* yang diberikan serta lingkungan pantu asuhan yang positif akan membantu

mempertahankan bahkan meningkatkan kesejahteraan subjektif pada remaja di panti asuhan. Salah satunya dapat diwujudkan melalui pemberian pelatihan, wirid ataupun kajian-kajian.

