

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan diuraikan kesimpulan dan saran-saran yang berhubungan dengan hasil penelitian yang diperoleh. Pada bagian awal bab ini, peneliti akan menguraikan kesimpulan dan pada bagian akhir akan disampaikan saran-saran yang diharapkan bagi peneliti yang akan datang.

5.1 KESIMPULAN

Adapun kesimpulan yang dapat diambil dari hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai gambaran *subjective well-being* pada mahasiswa yang menjadi relawan bencana di Sumatera Barat, secara umum penelitian ini menggambarkan bahwa *subjective well-being* pada mahasiswa yang menjadi relawan bencana berada pada kategori sedang. Pada komponen kognitif, mahasiswa yang menjadi relawan bencana secara umum puas terhadap kehidupan yang dijalannya dan secara afektif, mahasiswa yang menjadi relawan bencana lebih sering merasakan afek positif dibandingkan afek negatif.

5.2 SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan dari kesimpulan yang didapatkan, maka peneliti mengemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. Saran Metodologis
 - a. Penelitian ini merupakan salah satu sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan mengenai *subjective well-being* pada mahasiswa yang menjadi relawan bencana di Sumatera Barat. Adapun yang menjadi saran metodologisnya adalah agar dapat dihubungkan variable *subjective well-being* dengan variable lainnya

- b. Penelitian ini melibatkan sampel dan lingkup yang relative kecil, oleh karena itu penelitian selanjutnya agar dapat menggunakan ukuran sampel yang lebih besar dan lingkup daerah yang lebih besar.

2. Saran Praktis

- a. Kepada mahasiswa yang menjadi relawan bencana agar dapat menjaga tujuan dan berfokus kepada manfaat apa yang didapatkan dari kegiatan kerelawanan agar *subjective well-being* tetap tinggi.
- b. Kepada pihak NGO (*non-government organizations*) agar dapat menjadi bahan pertimbangan untuk membuat kegiatan atau memberikan pelatihan-pelatihan kerelawanan guna mengurangi afek negatif yang dirasakan oleh seorang relawan bencana ketika mengikuti kegiatan kerelawanan.

