

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan uji dan analisis data dapat dikatakan bahwa “ada hubungan positif antara optimisme dengan *subjective well-being*” yang artinya hipotesis penelitian ini diterima. Semakin tinggi optimisme, maka semakin tinggi *subjective well-being* pada mahasiswa perantau, begitu juga sebaliknya. Sumbangan efektifnya sebesar 53,4%.

6.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi Mahasiswa Perantau

Mahasiswa perantau yang sudah memiliki optimisme dalam tingkat yang sedang diharapkan dapat meningkatkan serta mempertahankan dengan cara memperbanyak relasi dengan lingkungan sekitar, mengatur emosi positif dan negatif supaya emosi positif lebih dominan sehingga menimbulkan pikiran yang positif yang akan berdampak pada *subjective well-being* tetap baik dan dapat meningkat. Hal ini perlu bagi mahasiswa perantau yang jauh dari keluarga untuk tetap merasa sejahtera. Selain itu, juga perlu mempertahankan sikap optimisme yang ada agar dapat menghadapi masalah atau kesulitan dengan pikiran dan sikap yang positif.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian terkait tentang *subjective well-being* diharapkan melibatkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi *subjective well-being* seperti : arti dan tujuan hidup, harga diri dan sebagainya.

