

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis pada hasil penelitian dan pembahasan yang telah peneliti jelaskan pada bab sebelumnya, maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Secara umum, ketiga subjek penelitian memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi, di tunjukan dengan tingginya afek positif dalam diri ketiga subjek, yaitu rasa bahagia dan kepuasan hidup dalam diri subjek, kemudian rendahnya afek negatif yaitu ketiga subjek jarang merasakan emosi yang tidak menyenangkan dalam hidupnya.
2. Tahapan yang dilakukan oleh ketiga subjek untuk mencapai *subjective well-being* adalah dengan cara menciptakan kebahagiaan dalam diri, tidak menganggap suatu pekerjaan sebagai sebuah beban, menyikapi emosi dengan tenang, dorongan dalam diri untuk terus belajar dengan hal-hal baru, dan aktif dalam berbagai kegiatan organisasi BANSER baik keagamaan maupun sosial.
3. Faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* pada anggota BANSER adalah kepuasan subjektif, pendapatan, usia, pekerjaan, keyakinan, pernikahan, dan keluarga.

B. Saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan, serta kesimpulan dari penelitian, maka peneliti perlu memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Untuk anggota BANSER agar lebih meningkatkan rasa syukur dalam diri agar dapat menambah rasa bahagia dalam diri sehingga meningkatkan *subjective well-being* dalam diri.
2. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan untuk menggali lebih dalam mengenai BANSER dan mengaitkan dengan variabel psikologi lainnya.