

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Simpulan

Berdasarkan tujuan penelitian dan menjawab rumusan masalah penelitian, maka berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa profil atau gambaran umum kesejahteraan psikologis remaja siswa SMA Negeri Kota Tasikmalaya dan SMA Negeri Kabupaten Purwakarta :

1. Terdapat variasi tingkat kesejahteraan psikologis remaja siswa SMA Negeri Kota Tasikmalaya dan SMA Negeri Kabupaten Purwakarta
2. Variasi tersebut secara teori disebabkan karena subjek penelitian memiliki sikap dan pandangan yang berbeda-beda terhadap indikator yang disajikan dalam instrument penelitian dan setiap subjek penelitian beradaptasi tentang kesesuaian atau keadaan dirinya terhadap indikator yang ada.
3. Variasi tersebut ditunjukkan pada aspek kesejahteraan psikologis berada tingkat persentase paling tinggi dengan persentase sebesar 58% pada aspek relasi positif dengan orang lain dengan kategori kemampuan siswa untuk menjalin hubungan yang baik, saling mempercayai, saling mendukung dan saling memperhatikan. Aspek tertinggi ke dua yaitu memiliki tujuan hidup dengan persentase sebesar 56% pada kategori memiliki keterarahan dan tujuan-tujuan yang hendak dicapai dalam hidupnya, memiliki keyakinan dan pandangan dalam hidupnya, memiliki makna dan arti dalam kehidupan masa lalu-masa kini-masa depan. Aspek ketiga yaitu penguasaan lingkungan dengan persentase sebesar 54% pada kategori mampu mengelola tanggung jawab, melakukan pekerjaan dengan baik, mampu mengatur waktu dengan baik, mempunyai gaya hidup yang sesuai dengan diri. Aspek ke empat yaitu kemandirian dengan jumlah persentase 49% pada kategori mampu mengevaluasi diri dengan standar pribadinya, mampu menentukan yang terbaik bagi dirinya sendiri, yakin dengan pendapat sendiri, pengakuan dari orang lain. Aspek ke lima yaitu penerimaan diri dengan jumlah 47% pada kategori sikap positif terhadap dirinya, mampu mengenali dan menerima berbagai aspek dalam dirinya, memiliki perasaan positif terhadap kehidupan masa lalunya. Aspek ke enam yang merupakan aspek terendah yaitu

pertrumbuhan pribadi dengan nilai skor sebesar 44% pada kategori membutuhkan suatu perkembangan dari potensi-potensi diri secara berkesinambungan, kemampuan beradaptasi, terhadap perubahan-perubahan dalam hidup, kemampuan untuk terus mengikuti perubahan yang terus berlangsung dalam diri.

## B. Saran

Dengan adanya gambaran profil kesejahteraan psikologis berdasarkan aspek yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis remaja siswa SMA Negeri Kota Tasikmalaya dan SMA Negeri Kabupaten Purwakarta yaitu aspek kemandirian, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, relasi positif dengan orang lain, memiliki tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi maka disarankan :

1. Kepada guru BK agar memperhatikan aspek-aspek kesejahteraan psikologis dalam membantu remaja siswa SMA yang memiliki masalah dalam kesejahteraan psikologis nya serta menentukan pola layanan bimbingan konseling yang tepat dalam membantu menyelesaikan masalah mereka seperti bimbingan konseling teman sebaya, bimbingan kelompok atau bimbingan konseling khusus individu.
2. Kepada pihak sekolah agar membantu menyusun program atau kegiatan yang dapat mempermudah mengembangkan kesejahteraan psikologis di lingkungan sekolah sehingga dapat berkembangnya aspek-aspek kesejahteraan psikologis pada siswa.
3. Kepada program studi bimbingan dan konseling agar dapat mengambil manfaat dari hasil penelitian mahasiswa jurusan BK yang berwujud dalam bentuk sumbangan pemikiran terkait dengan pengembangan pendidikan bimbingan dan konseling pada program studi bimbingan dan konseling di Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya.
4. Kepada peneliti selanjutnya agar kajian yang sama tetapi pada ruang lingkup yang lebih luas dan mendalam.



**UMTAS**