

BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Masa remaja merupakan tahapan perkembangan individu yang perlu diperhatikan, karena merupakan salah satu tahapan perkembangan yang penting dalam kehidupan. Agar terciptanya pembangunan yang sehat pada remaja, kepuasan hidup menjadi kekuatan psikologis untuk melindungi sekaligus mencegah remaja dari masalah kesehatan mental. Kepuasan hidup adalah komponen kesejahteraan subjektif yang didefinisikan sebagai penilaian kognitif individu secara keseluruhan, mengenai ketercapaian aspek kehidupan yang dianggap penting oleh dirinya. Aspek kehidupan yang penting dalam penelitian ini dikatakan sebagai faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup pada remaja. Kepuasan hidup pada remaja dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Namun, setelah melakukan studi pendahuluan ke 31 remaja di kota Tasikmalaya, maka dalam penelitian ini telah ditetapkan bahwa faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup (X) adalah dukungan orang tua, dukungan teman, harga diri, kesehatan fisik, prestasi akademik, status sosial ekonomi keluarga dan jenis kelamin.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menilai pengaruh ke tujuh variabel yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup (Y). Diantara dukungan orang tua (X_1), dukungan teman (X_2), harga diri (X_3), kesehatan fisik (X_4), prestasi akademik (X_5), status sosial ekonomi keluarga yang terdiri dari tiga aspek yaitu, penghasilan orang tua (X_6); pendidikan ayah (X_7); pendidikan ibu (X_8); pekerjaan ayah (X_9); pekerjaan ibu (X_{10}), dan yang terakhir adalah jenis kelamin (X_{11}). Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif deskriptif. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 607 siswa yang berusia 11-20 tahun dan bersekolah di Kota Tasikmalaya pada jenjang SMP, SMA, dan SMK. Sampel dipilih melalui teknik *cluster sampling*, sehingga sekolah yang terpilih untuk dijadikan sampel diantaranya, SMPN 1 Tasikmalaya yang berada di kecamatan Tawang, SMPN 8 Tasikmalaya yang berada di kecamatan Cihideung, SMP Amanah Muhammadiyah Tasikmalaya yang berada di kecamatan Mangkubumi, SMP Al-Mujahid yang berada di kecamatan Cibereum, SMAN 6 Tasikmalaya yang

berada di kecamatan Indihiang, SMAN 7 Tasikmalaya yang berada di kecamatan Kawalu, SMAS Muhammadiyah Tasikmalaya yang berada di kecamatan Tawang, SMKN 1 Tasikmalaya yang berada di kecamatan Cipedes dan SMK Mitra Batik yang ada di kecamatan Cipedes.

Data diambil menggunakan seperangkat instrumen yang telah teruji validitas dan realibilitasnya serta lulus uji asumsi klasik (uji normalitas kolmogrov-smirnov, uji multikolinieritas berdasarkan nilai *tolerance* dan VIF, uji heterokedastisitas dengan uji glejser). Seperangkat instrumen tersebut, terdiri dari skala kepuasan hidup atau *Satisfaction With Life Scale (SWLS)* dari Diener, instrumen dukungan orang tua, instrumen dukungan teman menggunakan teori Solomon, instrumen harga diri menggunakan teori Cooper Smith, instrumen kesehatan fisik. Selain itu peneliti juga memasukan data demografis siswa seperti usia, jenis kelamin, asal sekolah, penghasilan orang tua, pendidikan orang tua dan pekerjaan orang tua, untuk kepentingan pengukuran variabel status sosial ekonomi keluarga. Serangkaian instrumen tersebut disajikan dalam aplikasi *Google Form*, sehingga pengambilan data dilakukan dengan cara *online*, namun terdapat dua sekolah yang melakukan pengambilan data secara manual, dikarenakan terbatasnya akses internet.

Seperangkat instrumen diolah menggunakan analisis statistik linier regresi berganda (*multiple regression*), dengan menguji parsial sumbangan tiap variabel (Uji t), menguji secara simultan sumbangan tiap variabel (Uji F), peneliti juga menguji sumbangan parsial menggunakan rumus sumbangan efektif (SE), dan rumus sumbangan relatif (SR). Sedangkan untuk menguji hubungan atau korelasi antara variabel independen dan dependen, peneliti menggunakan uji statistik *pearson* produk momen.

Hasil uji korelasional menggunakan *pearson* produk momen, didapatkan kesimpulan bahwa faktor dukungan orang tua berkorelasi lemah dengan kepuasan hidup, faktor dukungan teman berkorelasi lemah dengan kepuasan hidup, faktor harga diri berkorelasi lemah dengan kepuasan hidup, faktor kesehatan fisik berkorelasi lemah dengan kepuasan hidup, faktor prestasi akademik tidak berkorelasi dengan kepuasan hidup, faktor status sosial ekonomi keluarga yang

terdiri dari tiga aspek menunjukkan tidak berkorelasi dengan kepuasan hidup, dan faktor jenis kelamin juga menunjukkan tidak berkorelasi dengan kepuasan hidup.

Setelah melakukan uji korelasional, kemudian peneliti menguji serangkaian variabel independen dengan variabel dependen menggunakan analisis regresi berganda, didapatkan kesimpulan bahwa faktor dukungan orang tua berpengaruh paling besar terhadap kepuasan hidup dibandingkan dengan variabel independen yang lain, artinya faktor dukungan orang tua merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup remaja di kota Tasikmalaya. Faktor dukungan teman tidak berpengaruh terhadap kepuasan hidup, artinya dukungan teman bukan merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup remaja di kota Tasikmalaya, begitupun dengan faktor harga diri, ditemukan tidak adanya pengaruh terhadap kepuasan hidup, artinya harga diri bukan merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup pada remaja di kota Tasikmalaya. Sementara pada faktor kesehatan fisik, ditemukan adanya pengaruh terbesar kedua setelah faktor dukungan orang tua terhadap kepuasan hidup, artinya kesehatan fisik merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup remaja di kota Tasikmalaya. Selanjutnya pada faktor prestasi akademik, peneliti menemukan terdapat pengaruh dengan kepuasan hidup, artinya prestasi akademik merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup pada remaja di kota Tasikmalaya. Kemudian pada faktor sosial ekonomi keluarga, yang diukur berdasarkan tiga aspek, ditemukan tidak berpengaruh terhadap kepuasan hidup, kecuali pada aspek pendidikan ibu, artinya adalah, penghasilan orang tua, pendidikan ayah, pekerjaan ayah dan pekerjaan ibu bukan merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup pada remaja di kota Tasikmalaya, sedangkan pendidikan ibu merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup pada remaja di kota Tasikmalaya. Faktor terakhir yaitu jenis kelamin juga didapatkan tidak mempunyai pengaruh dengan kepuasan hidup, artinya faktor jenis kelamin bukan merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup pada remaja di kota Tasikmalaya.

Implikasi dari penelitian ini terhadap bimbingan dan konseling adalah dirancangnya layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kepuasan

hidup siswa SMP dan SMA sederajat. Layanan bimbingan dan konseling yang dirancang menggunakan pendekatan bimbingan dan konseling komprehensif, yaitu fokus pada kebutuhan siswa dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling. Kebutuhan siswa dalam merancang layanan bimbingan dan konseling guna meningkatkan kepuasan hidup adalah melihat hasil penelitian yang menyebutkan bahwa dukungan orang tua, kesehatan fisik dan prestasi akademik berpengaruh terhadap kepuasan hidup. Maka, fokus layanan ditunjukkan untuk meningkatkan dukungan orang tua kepada siswa, prestasi akademik siswa dan kesehatan fisik siswa. Layanan bimbingan dan konseling yang diterapkan adalah layanan kolaborasi dengan orang tua siswa, layanan bimbingan klasikal dan layanan konseling yang berorientasi pada kualitas hidup (*Quality Of Life Therapy*).

Penelitian ini memiliki keterbatasan yang perlu diperhatikan untuk pengembangan penelitian di masa depan. Prediktor kepuasan hidup (X) dalam penelitian ini hanya menyumbang sedikit pengaruh terhadap kepuasan hidup (Y), hal tersebut diprediksi karena saat melakukan studi pendahuluan tentang analisis prediktor kepuasan hidup, peneliti kurang memperhatikan jumlah sampel, alangkah lebih bagus sampel yang dijadikan bahan studi pendahuluan lebih banyak (lebih dari 30 orang), supaya prediktor tersebut benar-benar menggambarkan karakteristik sampel. Selanjutnya, pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan secara *online* dengan jumlah butir item cukup banyak, hal tersebut diprediksi terjadinya efek *buyes* yang dapat mempengaruhi ketepatan atau kesesuaian pengambilan data. Kemudian batasan penelitian yang lain adalah terhadap implikasi bimbingan dan konseling yang tidak dideskripsikan secara mendetail, karena sebaran populasi terlalu luas.

B. Rekomendasi

Adapun rekomendasi atau saran dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kepada peneliti yang akan menguji serangkaian prediktor variabel independen dengan satu variabel dependen, diharapkan untuk memperhatikan jumlah sampel yang akan dijadikan bahan studi pendahuluan dalam menganalisis prediktor. Jumlah sampel dalam bahan studi pendahuluan disarankan lebih dari 30, guna menghasilkan analisis yang kuat mengenai pemilihan prediktor yang akan ditetapkan dalam penelitian.
2. Kepada peneliti yang akan menguji serangkaian prediktor variabel independen dengan satu variabel dependen, diharapkan untuk memperhatikan jumlah sebaran sampel. Disarankan peneliti selanjutnya meminimalisir sebaran sampel, misalnya berdasarkan wilayah atau jenjang sekolah. Hal tersebut dilakukan agar implikasi yang dibuat dapat dirancang secara husus sesuai wilayah atau jenjang sekolah.
3. Kepada peneliti yang berminat untuk meneliti faktor determinan kepuasan hidup pada remaja, disarankan untuk menjadikan faktor *self efficacy*, faktor rasa bersyukur (*gratitude*), faktor motivasi, faktor lingkungan sekolah dan faktor kualitas lingkungan tempat tinggal untuk dijadikan prediktor atau variabel independen dalam penelitiannya.