

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan positif antara kebahagiaan dengan kesejahteraan psikologis, artinya semakin tinggi tingkat kebahagiaan semakin baik pula nilai kesejahteraan psikologis. Namun, penelitian ini juga menemukan bahwa kebahagiaan tidak memiliki keterkaitan dengan dimensi penerimaan diri dan dimensi otonomi, dengan kata lain semakin tinggi kebahagiaan, semakin rendah nilai dimensi penerimaan diri dan otonomi. Penelitian ini juga menemukan bahwa adanya hubungan positif antara kebahagiaan dengan dimensi hubungan positif dengan orang lain, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Artinya, semakin tinggi tingkat kebahagiaan mereka semakin baik pula nilai hubungan positif dengan orang lain, nilai penguasaan terhadap lingkungan, nilai tujuan hidup dan nilai pertumbuhan pribadi.

B. Saran

Penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan, oleh karena itu diharapkan penelitian selanjutnya dapat menggali lebih dalam topik yang serupa. Salah satu saran adalah memperluas karakteristik responden mencakup variasi usia, jenis kelamin, latar belakang ekonomi dan durasi menjadi orang tua tunggal, agar hasil penelitian lebih representatif dan generalisabel. Selain itu, peneliti di masa depan disarankan dapat mengembangkan model analisis

yang lebih kompleks dengan menambahkan variabel mediator atau moderator seperti resiliensi, religiusitas, atau dukungan sosial untuk memperkaya pemahaman hubungan antar variabel. Penggunaan pendekatan campuran (*mixed methods*) juga layak dipertimbangkan, karena wawancara mendalam dapat mengungkap dinamika psikologis orang tua tunggal yang tidak tertangkap oleh data kuantitatif semata.

Kekurangan dalam penelitian ini juga ialah responden yang kurang merata di seluruh Indonesia, maka dari itu menjadi perhatian juga untuk penelitian selanjutnya agar lebih diupayakan respondennya menyeluruh di Indonesia. Kemudian penelitian-penelitian terdahulu yang akan dijadikan referensi dalam penelitian, lebih disarankan menggunakan penelitian-penelitian yang ada di Asia dibandingkan penelitian-penelitian Internasional. Karena mengingat budaya Indonesia dan budaya luar negeri sangat jauh berbeda.