

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan *psychological well-being* laki-laki dan perempuan SMP “X” di Bekasi dengan jumlah responden sebanyak 94. Berdasarkan data yang telah dikumpulkan melalui lembar kuesioner dan *google form* yang kemudian memperoleh hasil statistik melalui perhitungan dengan bantuan *software IBM SPSS 23*, dapat diketahui hipotesis H_a ditolak dan H_o diterima yang artinya bahwa tidak terdapat perbedaan *psychological well-being* secara signifikan pada peserta didik laki-laki dan perempuan SMP “X” di Bekasi. Hal tersebut dikarenakan terdapat pembelajaran nilai-nilai islami yang menjadikan adanya faktor religiusitas sehingga *psychological well-being* laki-laki dan perempuan SMP “X” di Bekasi dinyatakan berada pada kategori sedang, peserta didik laki-laki dan perempuan memiliki cukup kemampuan dalam menerima dirinya, memiliki tujuan hidup, mampu membangun hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian dalam mengatasi tekanan sosial, mampu mewujudkan potensinya secara berkelanjutan dan mampu mengatur lingkungan sekitarnya.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

Bagi penelitian selanjutnya disarankan untuk dapat mengganti variabel *psychological well-being*, dengan variabel dan memperluas lagi responden penelitian dengan melakukan penelitian di sekolah lainnya. Pada penelitian selanjutnya juga diharapkan dapat melakukan penelitian dengan kelompok yang sama sehingga mampu memberikan hasil secara berkelanjutan yang lebih baik apabila dibandingkan dengan penelitian ini.

5.2.2 Saran Praktis

Penelitian ini memperoleh hasil yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan secara signifikan terhadap *psychological well-being* antara peserta didik laki-laki dan perempuan SMP “X” di Bekasi. Remaja merupakan generasi yang akan meneruskan kehidupan selanjutnya sehingga perlu diperhatikan *psychological well-beingnya*, maka dari itu terdapat saran :

a. Bagi pihak sekolah atau guru supaya mengadakan kegiatan konseling dan orang tua supaya selalu memberikan dukungan, bimbingan seperti melalui diskusi keluarga, memberikan penghargaan pada apa yang telah dicapai, karena pada fase remaja merupakan fase dimana mereka mulai mencari jati dirinya, mulai mencoba sesuatu hal yang baru sehingga pada fase remaja ini rentan mengalami tinggi rendah pada *psychological well-beingnya*.

b. Bagi peserta didik laki-laki dan perempuan SMP “X” di Bekasi yang telah berada pada kategori *psychological well-being* baik maka supaya mempertahankan dengan terus dapat menerima dirinya, menciptakan hubungan yang hangat, mempunyai tujuan hidup, dan terus berkembang secara berkelanjutan sehingga dengan seiring waktu *psychological well-being* pada peserta didik laki-laki dan perempuan bisa lebih membaik serta mampu mengatasi permasalahan fisik, sosial maupun psikologisnya. Selanjutnya bagi peserta didik laki-laki dan perempuan SMP “X” di Bekasi yang berada pada keadaan *psychological well-being* rendah maka supaya meningkatkan dan mengembangkan potensi yang ada pada dirinya sehingga menghasilkan perubahan hidup yang tertuju pada meningkatnya *psychological well-beingnya*.