

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kualitas pertemanan dan kepuasan hidup pada individu dewasa awal (*emerging adulthood*) di Kota Bandung. Adapun koefisien korelasi antara kualitas pertemanan dan kepuasan hidup menunjukkan tingkat hubungan yang rendah, yaitu sebesar 0,344. Dengan kata lain, individu dewasa awal (*emerging adulthood*) di Kota Bandung dengan kualitas pertemanan tinggi memiliki tingkat kepuasan hidup yang juga tinggi. Sebaliknya, apabila individu dewasa awal (*emerging adulthood*) di Kota Bandung memiliki tingkat kualitas pertemanan yang rendah, maka kepuasan hidupnya juga rendah.

5.2 Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya
 - a. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengombinasikan metode pengambilan data secara *offline* agar responden dapat bertanya langsung jika mengalami kesulitan dalam memahami pertanyaan.
 - b. Untuk mendapatkan hasil yang lebih akurat dan komprehensif, penelitian berikutnya dapat menggunakan instrumen kepuasan hidup yang memiliki lebih banyak item atau menggunakan skala dengan dimensi yang lebih luas.
 - c. Agar hasil penelitian lebih holistik, penelitian selanjutnya dapat menambahkan variabel lain yang berpotensi mempengaruhi kepuasan hidup, seperti faktor ekonomi, kesehatan mental, dukungan keluarga, dan faktor lainnya.
 - d. Penelitian mendatang dapat mengeksplorasi lebih dalam bagaimana faktor sosial dan budaya di lingkungan tempat tinggal responden mempengaruhi hubungan antara kualitas pertemanan dan kepuasan hidup.

- e. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan teknik analisis yang lebih kompleks, seperti analisis regresi berganda, analisis mediasi, atau analisis moderasi untuk melihat bagaimana faktor lain dapat memengaruhi hubungan antara kualitas pertemanan dan kepuasan hidup.
2. Bagi individu dewasa awal (*emerging adulthood*) di Kota Bandung

Bagi partisipan penelitian, diharapkan dapat meningkatkan kualitas pertemanan sebagai salah satu usaha untuk mencapai kepuasan hidup. Hal ini dapat dilakukan dengan meluangkan waktu berkualitas bersama teman, serta saling memberikan dukungan emosional dan bantuan untuk memperkuat hubungan pertemanan. Selain itu, penting untuk menghindari konflik yang tidak perlu dan menyelesaikan perbedaan dengan komunikasi yang sehat. Memiliki sedikit teman dekat yang berkualitas lebih baik daripada memiliki banyak teman tanpa kedekatan emosional yang berarti. Komunikasi langsung juga lebih efektif dalam membangun kedekatan dibandingkan interaksi digital. Selain pertemanan, faktor seperti pekerjaan, hubungan sosial, dan kesejahteraan pribadi juga berpengaruh pada kepuasan hidup. Oleh karena itu, mengelola dan menjaga keseimbangan dalam aspek-aspek tersebut dapat membantu individu mencapai tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi.