BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diambil suatu kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara *subjective well-being* dengan kecenderungan narsisme pada individu dewasa, hal ini menunjukan bahwa semakin rendah *subjective well-being* pada individu dewasa maka kecenderungan narsisme akan semakin tinggi. Sebaliknya, bahwa semakin tinggi *subjective well-being* pada individu dewasa maka kecenderungan narsisme akan semakin rendah.

Subjective well-being juga memberikan sumbangsih dalam kecenderungan narsisme, walaupun perlu diakui juga bahwa masih ada faktor lain yang dapat mempengaruhi kecenderungan narsisme pada individu dewasa.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, menjukan bahwa *subjective well-being* mempunyai hubungan negatif dengan kecenderungan narsisme, sehingga meningkatkan *subjective well-being* (kepuasan hidup) pada individu dewasa menjadi komponen yang penting untuk mengurangi tingkat kecenderungan narsisme. Hal ini mengidentifikasi bahwa untuk mengurangi kecenderungan narsisme pada individu dewasa sebaiknya dapat meningkatkan *subjective well-being* yang dimiliki. *Subjective well-being* dapat ditingkatkan dengan dukungan dari berbagai pihak, sehingga ada beberapa saran yang dapat dilakukan yaitu :

1. Bagi individu dewasa (faktor internal) perlu untuk memiliki pemikiran yang positif dan baik dalam kehidupan sehari-hari. Individu dewasa diharapkan mampu merasa puas dengan hidupnya, serta dapat membebaskan diri dari hal-hal negatif. Individu dewasa harus mampu menerima kekurangan yang ada serta bersyukur atas apa yang telah dimiliki dalam dirinya.
2. Bagi keluarga individu dewasa (faktor eksternal) diharapkan mampu memberikan pemahaman yang positif tentang bagaimana kepuasan hidup dapat dicapai agar hal tersebut tidak menjadi *habit* atau kebiasaan, serta membantu individu dewasa untuk mengingatkan agar mampu menerima dan mensyukuri apa yang ada dalam dirinya, dan segala yang terjadi pada diri individu dewasa tersebut akan memiliki maksud baik kedepannya.

3. Bagi peneliti selanjutnya yang berminat mengembangkan dan melanjutkan peneliatian ini disarankan untuk mempertimbangkan variabel lain yang mempengaruhi kecenderungan narsisme pada individu dewasa seperti penerimaan diri dan harga diri.