Lo primero que podemos observar a simple vista comparando el código resultante de WindowBuilder y el que he picado a mano, es que el hecho a mano tiene menos líneas (unas 30 a ojo).

Durante la ejecución, demos ver que ambos ejercicios són totalmente funcionales, pero en el caso de WindowBuilder no están los radiobuttons de género. Esto es porque no da la opción de crear un ButtonGroup, aunque sí nos permita utilizar radiobuttons. Si introducimos el código para generar un ButtonGroup, se genera un error y el código no compila. Para evitar todo esto, en este segundo ejercicio he optado por eliminar todo el código relacionado con esto.

Por otra parte, debo reconocer que diseñar una ventana con WindowBuilder resulta mucho más cómodo y rápido, aunque una vez tienes práctica programando Swing a mano, la diferencia no es demasiada.

A demás, a la hora de añadir ciertos valores con WindowBuilder (por ejemplo, los valores del JComboBox), se hace mucho más rápido cambiando a la vista de código, y generar a mano el listado que intentando hacerlo por UI.

Otra diferencia es que WindowBuilder genera el código a medida que vas añadiendo elementos, por lo que la estructuración del código puede no ser la mejor, y al no haber comentarios también resulta un poco más difícil de leer el código.

Por último, WindowBuilder necesita muchas más librerías que Swing programado a mano, eso lo podemos ver en las librerías referenciadas del proyecto, en el caso de Swing no hay nada, y en el caso de WindowBuilder tenemos 4 librerías.