

BAB 6

PENUTUP

6.1. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di Universitas Katolik Soegijapranata, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara rasa syukur dan kesejahteraan subjektif mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki rasa syukur tinggi, maka mahasiswa tersebut akan memiliki kesejahteraan subjektif tinggi pula, begitu sebaliknya. Sumbangan efektif yang diberikan rasa syukur terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa sebesar 40,1%.

6.2. Saran

Melalui penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut:

6.2.1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan rasa syukur dalam dirinya sehingga dapat beradaptasi dengan baik dan meningkatkan emosi positif serta kualitas di dalam hidupnya. Mahasiswa dapat mengapresiasi kehidupan sosialnya seperti menghargai orang lain, menerima segala keterbatasan dalam hidup, dan peduli pada hal-hal kecil yang dirasakan.

6.2.2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti yang tertarik untuk melakukan penelitian mengenai rasa syukur dan kesejahteraan subjektif mahasiswa diharapkan dapat mengembangkan lebih lanjut untuk penelitian selanjutnya serta dapat mempelajari kekurangan-kekurangan yang ada sehingga penelitian yang dilakukan lebih baik. Peneliti juga

perlu memperhatikan pengontrolan subjek dalam pengisian skala. Populasi yang ada perlu dikendalikan mengingat populasi yang besar.

