

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1. Kesimpulan

Hasil penelitian yang dilakukan pada 100 partisipan mahasiswa di Universitas Katolik Soegijapranata, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa yang memiliki kebersyukuran tinggi, maka mahasiswa tersebut akan memiliki kebahagiaan yang tinggi pula, begitu sebaliknya.

6.2. Saran

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

6.2.1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan kebersyukuran pada dirinya sehingga mahasiswa dapat memunculkan kebahagiaan dalam hidupnya. Mahasiswa diharapkan mampu meningkatkan kebersyukuran melalui tiga aspek yang pertama merasa berkecukupan, menerima sesuatu dari orang lain, merasa dicintai, terpenuhi kebutuhan sehari-hari, lancar dalam studi, memiliki *handphone*, kesehatan, tidak mewah namun cukup. Kedua, merasa bersyukur dengan apresiasi sosial salah satunya memiliki teman sehingga dapat eksis dan diterima dilingkungan sosial, dan lingkungan keluarga. Ketiga, apresiasi sederhana yang dapat ditingkatkan seperti masih menghirup oxygen dengan gratis, menikmati tidur nyenyak, makan yang enak, bekerja dengan nyaman dan yang paling penting adalah merasa bahwa Tuhan hadir dalam kehidupan.

6.2.2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti yang memiliki ketertarikan melakukan penelitian mengenai kebersyukuran dan kebahagiaan mahasiswa diharapkan dapat mengembangkan lebih lanjut. Khususnya dengan metode kualitatif yang dapat menggali informasi yang lebih mendalam dengan meneliti dari faktor lain atau dengan subjek yang berbeda serta mempelajari kekurangan - kekurangan yang ada pada penelitian ini sehingga penelitian yang dilakukan nantinya akan lebih baik. Peneliti juga perlu memperhatikan pengontrolan partisipan dalam pengisian skala dan identitas subjek.

