

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, maka peneliti menyusun beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Dari hasil analisis deskriptif yang dilakukan pada variabel Kesejahteraan Psikologis (Y) menunjukkan bahwa dari 43 Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri yang Bekerja memiliki tingkat Kesejahteraan Psikologis dengan kategori sangat tinggi sebanyak 11 subjek dengan persentase 25.6, kategori tinggi sebanyak 23 subjek dengan persentase 51.2%, kategori sedang sebanyak 8 subjek dengan persentase 18.6, dan skategori rendah sebanyak 2 subjek dengan persentase 4.7%, dari penjabaran tersebut maka disimpulkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini berada pada kategori **tinggi**.
2. Pada variabel Kebersyukuran (X), Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri yang Bekerja memiliki kebersyukuran dengan kategori sangat tinggi sebanyak 24 subjek dengan persentase 55.8%, kategori tinggi sebanyak 8 subjek dengan persentase 18.6%, kategori sedang sebanyak 6 subjek dengan persentase 14%, dan kategori rendah sebanyak 5 subjek dengan persentase 11.6%, dari penjabaran data tersebut maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini berada pada kategori **sangat tinggi**.
3. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri yang

bekerja di masa pandemi dengan perolehan data dari nilai korelasi = 0.779 dengan nilai signifikansi $0.000 < 0.05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima.

4. Besar sumbangsih efisien hubungan antara keberyukuran dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri yang bekerja sebesar 61%, sedangkan 39% lainnya disumbang oleh variabel lain yang tidak diteliti oleh peneliti seperti kenyamanan dalam bekerja, masalah, jenis pekerjaan, dll.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, analisis serta kesimpulan diatas, maka peneliti mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi subjek

Kepada subjek diharapkan untuk meningkatkan kebersyukurannya dengan meningkatkan aspek density dengan cara bersyukur akan hadirnya orang-orang baik disekitar seperti orang tua, teman, ataupun keluarga.

2. Bagi institusi

Peneliti berharap dalam hal ini institusi agar dapat memfalitasasi mahasiswa dengan cara diadakannya seminar tentang kesejahteraan psikologis agar mahasiwa mengembangkan kemampuan dalam hubungan positif dengan orang lain dan mengembangkan pertumbuhan pribadinya

3. Bagi peneliti selajutnya

- a. Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode pengambilan data menggunakan *Google form*, diharapkan peneliti selanjutnya membagikan formulir secara langsung agar dapat memantau proses pengisian formulir,

sehingga jika ada subjek yang belum paham dengan isi angket tersebut maka peneliti bisa menjelaskan secara rinci.

- b. Peneliti berharap agar peneliti selanjutnya lebih memperdalam pengetahuan tentang kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis sehingga dapat menghubungkan faktor-faktor lain yang mempengaruhinya.
- c. Peneliti menyarankan agar peneliti selanjutnya mencari subjek dan tempat penelitian lain agar didapatkan hasil yang lebih bervariasi dan unik.
- d. Peneliti berharap agar peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode kualitatif agar dapat menekankan pada pengamatan fenomena dan lebih meneliti fenomena secara mendalam.