

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang sudah dilakukan dan pembahasan yang telah dijelaskan sebelumnya, maka dapat disimpulkan hal-hal berikut ini:

1. Berdasarkan hasil deskripsi variabel kebersyukuran, harapan, dan kesejahteraan psikologis didapatkan hasil sebagai berikut:
 - a. Hasil analisis deskripsi data penelitian, diperoleh bahwa variabel kesejahteraan psikologis pada mahasiswa semester akhir Universitas Islam 45 Bekasi yang bekerja sebagian besar termasuk kedalam kategori sedang.
 - b. Hasil analisis deskripsi data penelitian, diperoleh bahwa variabel kebersyukuran pada mahasiswa semester akhir Universitas Islam 45 Bekasi yang bekerja sebagian besar termasuk kedalam kategori sedang.
 - c. Hasil analisis deskripsi data penelitian, diperoleh bahwa variabel harapan pada mahasiswa semester akhir Universitas Islam 45 Bekasi yang bekerja sebagian besar termasuk kedalam kategori sedang.
2. Adapun Kesimpulan dari hasil uji hipotesis dalam penelitian ini, antara lain:
 - a. Berdasarkan hasil hipotesis pertama menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang positif dan signifikan kuat antara kedua variabel kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa semester akhir yang bekerja dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,681$ dengan tingkat signifikansi $p = 0,001$.
 - b. Berdasarkan hasil uji hipotesis kedua menunjukkan adanya pengaruh yang positif dan signifikan sangat kuat antara harapan dan kesejahteraan psikologis mahasiswa semester akhir yang bekerja dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,811$ dengan tingkat signifikansi $p = 0,001$.
 - c. Berdasarkan hasil uji hipotesis ketiga menunjukkan bahwa model regresi linear berganda yang digunakan adalah signifikan secara statistik, dengan nilai $F = 168,847$, $p < 0,001$, serta nilai koefisien

determinasi $R^2 = 0,733$, yang berarti bahwa 73,3% varians pada variabel kesejahteraan psikologis dapat dijelaskan oleh kombinasi variabel kebersyukuran dan harapan. Adapun sisanya, yaitu sebesar 26,7%, dipengaruhi oleh variabel lain di luar model ini.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah diperoleh dari data-data yang ada di lapangan, penelitian ini berjalan dengan baik. Namun dalam penelitian ini peneliti ingin mengungkapkan beberapa saran yang semoga dapat berguna bagi individu maupun instansi yang terkait dengan penelitian ini. Adapun saran yang ingin diungkapkan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

1. Diharapkan mahasiswa yang bekerja dapat lebih memperhatikan kondisi kesejahteraan psikologisnya dengan cara membangun rasa kebersyukuran dan memperkuat harapan terhadap masa depan. Hal ini penting mengingat beban ganda yang dihadapi baik dalam dunia akademik maupun pekerjaan berpotensi menimbulkan tekanan psikologis yang signifikan. Mahasiswa dianjurkan untuk mulai melatih kebiasaan reflektif, seperti menuliskan hal-hal positif yang terjadi setiap hari atau menetapkan tujuan hidup yang jelas, guna meningkatkan rasa makna dan motivasi dalam menjalani aktivitas sehari-hari.
2. Bagi lembaga pendidikan tinggi, penting untuk senantiasa menjaga mutu pembelajaran serta merancang kurikulum yang adaptif terhadap kebutuhan mahasiswa yang bekerja, sehingga tujuan akademik dan profesional dari kedua belah pihak dapat tercapai secara seimbang dan disarankan agar pihak universitas, khususnya melalui lembaga layanan psikologi dan akademik, memberikan perhatian lebih kepada mahasiswa yang bekerja dengan menyediakan program pendampingan psikologis, pelatihan manajemen waktu, serta seminar pengembangan diri.
3. Bagi para peneliti selanjutnya penelitian ini masih memiliki keterbatasan, khususnya dalam hal cakupan lokasi yang hanya terbatas pada satu institusi serta pendekatan kuantitatif yang digunakan. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas populasi dan lokasi penelitian.

Penelitian lanjutan juga dapat mempertimbangkan pendekatan lain seperti kualitatif atau campuran (*mixed-method*) guna menggali lebih dalam dinamika psikologis mahasiswa yang bekerja. Selain itu, penambahan variabel lain yang dapat memperkaya pemahaman mengenai faktor-faktor yang berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa pekerja.