

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan dan pengaruh antara resiliensi dan religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis pada guru SMK. Maka dapat dikatakan bahwa variabel independen dalam penelitian ini dapat berkontribusi dalam pembentukan variabel kesejahteraan psikologis. Berikut kesimpulan yang diperoleh:

1. Resiliensi memiliki hubungan secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dengan taraf signifikan yang diperoleh yaitu  $< 0,001$  dapat dikatakan hasil tersebut  $< 0,05$ . Sehingga, terdapat hubungan positif signifikan cukup kuat antara resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis. Semakin tinggi resiliensi maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis dan semakin rendah resiliensi maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis.
2. Religiusitas memiliki hubungan secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dengan taraf signifikan yang diperoleh yaitu  $< 0,001$  dapat dikatakan hasil tersebut  $< 0,05$ . Sehingga, terdapat hubungan positif cukup kuat antara religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis. Semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis dan semakin rendah religiusitas maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis.
3. Resiliensi dan religiusitas memiliki pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis pada guru SMK dengan taraf signifikan  $< 0,001$  dapat dikatakan variabel  $X_1$  dan  $X_2$  bersama-sama berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis. Pengaruh tersebut sebesar 44,7% sisanya sebesar 55,3% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi Subjek Penelitian**

Guru yang memiliki kesejahteraan psikologis rendah atau sedang diharapkan dapat meningkatkan resiliensi dan religiusitasnya. Salah satunya adalah mengembangkan keterampilan pemecahan masalah dan pembelajaran memperdalam dan menerapkan ilmu agama. Guru dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi diharapkan mampu mempertahankannya, seperti yang ditunjukkan dalam penelitian ini bahwa resiliensi dan religiusitas dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis.

## **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan topik serupa, disarankan untuk lebih memperluas pembahasan, tata bahasa, dan menambah referensi perpustakaan serta variabel lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, kita dapat mengetahui faktor mana saja yang mempunyai pengaruh rendah, sedang atau tinggi serta dapat memperluas cakupan populasi untuk diteliti serta mengidentifikasi cara yang lebih efektif untuk meningkatkan kesehatan psikologis guru SMK.

## **3. Bagi Instansi Sekolah**

Sekolah hendaknya berupaya untuk menyediakan fasilitas yang lebih baik dan menciptakan lingkungan kerja yang nyaman untuk mendukung proses belajar mengajar guru. Karena guru yang bermental baik akan lebih semangat dan berdedikasi dalam menjalankan tugasnya, sehingga mampu memberikan perhatian lebih kepada siswanya, membangun hubungan yang positif, dan menciptakan ruang kelas yang inklusif dan suportif.