

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan dari hasil analisa data yang dilakukan dalam penelitian serta perhitungan dan pembahasan yang telah dijelaskan sebelumnya, maka dapat disimpulkan hasil sebagai berikut:

Berdasarkan hasil deskripsi variabel kebersyukuran, optimisme dan kesejahteraan psikologis didapatkan hasil sebagai berikut:

- a. Hasil analisis deskripsi data penelitian, diperoleh bahwa variabel kesejahteraan psikologis pada mahasiswa psikologi Universitas Islam 45 Bekasi yang bekerja sebagian besar termasuk kedalam kategori sedang.
- b. Hasil analisa deskripsi data penelitian, diperoleh bahwa variabel kebersyukuran pada mahasiswa psikologi Universitas Islam 45 Bekasi yang bekerja sebagian besar termasuk kedalam kategori sedang.
- c. Hasil analisa deskripsi data penelitian, diperoleh bahwa variabel optimisme pada mahasiswa psikologi Universitas Islam 45 Bekasi yang bekerja sebagian besar termasuk kedalam kategori sedang.

Adapun Kesimpulan dari hasil uji hipotesis dalam penelitian ini, antara lain: a. Terdapat pengaruh antara kebersyukuran terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa psikologi Universitas Islam 45 Bekasi yang bekerja.

b. Terdapat pengaruh antara optimisme dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa psikologi Universitas Islam 45 Bekasi yang bekerja.

c. Terdapat pengaruh antara kebersyukuran dan optimisme terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa psikologi Universitas Islam 45 Bekasi yang bekerja.

## **B. Saran**

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

1. Hendaknya mahasiswa yang bekerja dapat benar-benar mengetahui kemampuan dirinya, terlebih lagi kemampuan untuk manajemen waktu agar kesejahteraan psikologisnya dapat terjaga dengan baik.
2. Bagi institusi pendidikan tempat mahasiswa berkuliah agar selalu memperhatikan kualitas pendidikan dan membuat kurikulum yang sesuai dengan para mahasiswa pekerja agar tetap tercapai tujuan yang diinginkan oleh kedua pihak.
3. Bagi para peneliti selanjutnya yang tertarik dengan tema penelitian ini agar lebih mengembangkan ruang lingkup penelitian, karena dalam penelitian ini belum sepenuhnya dapat mengungkapkan faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa yang bekerja, hendaknya menggunakan teknik yang diperkirakan dapat lebih optimal dalam mendapatkan data yang diperlukan.