

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Terdapat beberapa kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis terkait dengan hasil dari Hubungan antara *Psychological Well-being* dengan *Happiness* Mahasiswa yang sedang menghadapi Skripsi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, yaitu:

- a) Terdapat hubungan dengan arah korelasi yang positif antara *psychological well-being* dengan *happiness* mahasiswa yang sedang menghadapi skripsi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, hubungan positif yang signifikan dengan kategori sangat kuat. Korelasi positif yang signifikan tersebut mengartikan bahwa *psychological well-being* memiliki hubungan yang kuat dengan *happiness*, apabila *psychological well-being*nya baik maka *happiness*nya baik pula.
- b) Hasil kategorisasi *variable psychological well-being* mahasiswa yang sedang menghadapi skripsi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya berada pada kategori sedang dan tinggi.
- c) Hasil kategorisasi *variable happiness* mahasiswa yang sedang menghadapi skripsi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya berada pada kategori rendah dan sedang.

#### 5.2 Saran

Setelah penulis melakukan penelitian mengenai hubungan antara *psychological well-being* dengan *happiness* mahasiswa yang sedang menghadapi skripsi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, maka penulis dalam penelitian ini ingin memberikan saran praktis dan saran bagi peneliti selanjutnya :

##### 5.2.1 Saran Praktis

- a) Diharapkan kepada mahasiswa baik yang sedang menghadapi skripsi atau belum agar lebih *aware* terhadap potensi yang dimiliki dan berusaha untuk mengembangkan potensinya, memiliki tujuan yang jelas dalam hidup, memiliki kualitas hubungan yang baik dengan orang disekitar serta memiliki perasaan bertanggung jawab terhadap hidup yang dijalani agar baik *psychological well-being* dan *happiness*nya.
- b) Banyak mempelajari mengenai hal-hal yang berhubungan ataupun mempengaruhi *psychological well-being* maupun *happiness*, karena sejatinya *psychological well-being* dan *happiness* merupakan tujuan tertinggi dari setiap individu.

### 5.2.2 Saran untuk Peneliti Selanjutnya

- a) Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik ingin meneliti dengan penelitian yang serupa disarankan sebaiknya meneliti dengan metode penelitian lain, seperti metode penelitian kualitatif.
- b) Meneliti variabel yang dapat mempengaruhi *happiness* seperti usia, jenis kelamin, urutan kelahiran, asal daerah, suku, tingkat pendidikan, lama menetap, hobi dan ekstrakurikuler.

