

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, terdapat hasil yang menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial memiliki hubungan kuat yang positif dengan variabel *psychological well-being* yang berarti Hipotesis Alternatif (HA) dalam penelitian ini diterima, yang memiliki arti bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan studi. Selain itu, responden dalam penelitian ini berada pada kategorisasi tingkat sedang untuk variabel dukungan sosial dan variabel *psychological well-being*.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

Penelitian ini tidak luput dari keterbatasan yang ada sehingga diharapkan kepada penulis selanjutnya untuk bisa melakukan penelitian yang lebih baik dan mendalam tentang variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi *psychological well-being*. Beberapa keterbatasan yang ada dalam penelitian ini, antara lain:

1. Responden penelitian yang belum cukup maksimal untuk mencakup semua populasi yang ada.
2. Penyebaran data yang dilakukan dalam rentang waktu yang hampir bersamaan dengan peneliti lain, sehingga akan memungkinkan responden untuk mengisi kuesioner dengan tidak sebenar-benarnya.
3. Sumber dan referensi yang masih belum maksimal

Sehingga, peneliti berharap untuk para peneliti selanjutnya agar lebih mampu untuk memperbanyak responden mengikuti populasi yang telah ditentukan,

juga lebih memperbanyak dan memperluas literatur dari referensi-referensi terdahulu yang lebih akurat.

5.2.2 Saran Praktis

Bagi para mahasiswa yang sedang menyelesaikan studi diharapkan untuk tetap selalu mementingkan kesejahteraan psikologis, agar meminimalisir dampak negatif yang akan berakibat buruk bagi mental maupun fisik. Beberapa hal yang dapat dilakukan para mahasiswa adalah dengan bercerita tentang keluh kesahnya tersebut kepada individu terdekat, mengekspresikan segala perasaan yang sedang dihadapi dan meminta saran serta bantuan jika memang ingin dan merasa membutuhkan bantuan tersebut.

