

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara *grit* dengan SWB pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Nilai tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *grit* maka semakin tinggi tingkat *subjective well-being* yang dimiliki mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *grit* maka semakin rendah tingkat *subjective well-being* yang dimiliki mahasiswa. Sedangkan dari hasil kategorisasi dapat diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa Universitas Mercu Buana memiliki tingkat *grit* dan *subjective well-being* yang tinggi.

B. Saran

Saran yang dapat diberikan berdasarkan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Subjek

Subjek penelitian ini pada umumnya memiliki *subjective well-being* dalam kategori yang tinggi. Berdasarkan hasil tersebut, diharapkan subjek penelitian ini yaitu mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta dapat meningkatkan *subjective well-being* yang dimiliki mahasiswa, dengan cara meningkatkan *grit*.

Grit yang dimiliki oleh mahasiswa dapat ditingkatkan dengan konsisten terhadapapa yang diminati serta selalu tekun dalam berusaha.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat menggunakan faktor lain untuk mengetahui tingkat SWB mahasiswa, di antaranya harga diri, kontrol diri, optimis, relasi sosial, arti dan tujuan hidup, serta kepribadian ekstraversi. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengeksplor sumber-sumber referensi dari jurnal atau buku internasional karena keterbatasan sumber referensi atau tokoh yang berasal dari dalam negeri. Peneliti selanjutnya dapat menambahkan jumlah subjek penelitian.