

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara suasana hati dengan perilaku prososial pada mahasiswa psikologi. Hubungan antara kedua variabel ini dibuktikan dengan adanya koefisien korelasi ( $r_{xy} = 0,763$  ( $p \leq 0,050$ )). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi atau *positif* suasana hati mahasiswa psikologi, maka akan semakin tinggi perilaku prososialnya. Sebaliknya, semakin rendah atau *negatif* suasana hati pada mahasiswa psikologi, maka akan semakin rendah perilaku prososialnya. Pada hasil perhitungan diperoleh nilai determinasi (R Squared) sebesar 0,582 yang berarti bahwa variabel suasana hati berhubungan dengan variabel perilaku prososial sebesar 58,2% dan sisanya 41,8% berhubungan dengan faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti seperti faktor situasi, faktor kepribadian dan faktor orang yang membutuhkan.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan, peneliti mengajukan saran yang diharapkan dapat berguna bagi proses penelitian selanjutnya. Adapun saran yang diberikan adalah sebagai berikut :

##### 1. Bagi Subjek Penelitian ( Mahasiswa Psikologi )

Hasil dari penelitian ini mengungkapkan bahwa ada hubungan antara

suasana hati dengan perilaku prososial pada mahasiswa psikologi. Mahasiswa psikologi diharapkan dapat mengenali suasana hati yang sedang dirasakan dan berusaha mengolah suasana hati untuk tetap positif seperti suasana hati dalam keadaan senang (bahagia, bersemangat), suasana hati dalam keadaan penuh cinta (penuh kasih, perhatian), suasana hati dalam keadaan tenang (teduh, puas), suasana suasana hati dalam keadaan semangat (aktif, segar). agar dapat berperilaku prososial dilingkungan manapun seperti bekerjasama dengan baik, menolong, berdermawan, berbagi dan jujur sesuai dengan latar belakang disiplin ilmu yang sedang dikembangkan oleh mahasiswa psikologi sebagai individu yang mempelajari ilmu kejiwaan yang diharapkan dapat memberikan nuansa humanis bagi masyarakat luas. Bagi mahasiswa yang telah memiliki suasana hati positif tinggi agar dapat mempertahankan hal tersebut. Sedangkan, bagi mahasiswa yang memiliki suasana hati negatif yang tinggi atau sedang seperti suasana hati dalam keadaan cemas (gelisah, gugup), suasana hati dalam keadaan marah (menggerutuh, kesal), suasana hati dalam lelah (letih, mengantuk), suasana hati dalam keadaan sedih (suram, sendu)., diharapkan dapat meredamnya dengan cara memanipulasi suasana hati yang negatif menjadi suasana hati yang positif agar perilaku prososial wujud dalam diri contohnya seperti selalu senantiasa senyum pada orang yang dijumpai atau mengolah fikiran agar tetap berfikir positif.

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, apabila tertarik untuk melakukan penelitian dengan permasalahan yang sama, diharapkan dapat menggali lebih dalam

mengenai teori, faktor - faktor lainnya dan memilih subjek dengan populasi yang lebih besar, agar hasil yang didapatkan bisa lebih komprehensif. Peneliti selanjutnya diharapkan lebih memperhatikan faktor lain yang dapat mempengaruhi perilaku prososial. Hal ini dikarenakan sumbangan efektif suasana hati terhadap perilaku prososial sebesar 58,2%, sehingga terdapat 41,8% faktor-faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti seperti faktor situasi, faktor kepribadian dan faktor orang yang membutuhkan sehingga dianggap dapat mempengaruhi perilaku prososial pada mahasiswa psikologi. Peneliti mengakui kekurangan dalam penelitian ini terutama pada skala variabel suasana hati, dikarenakan skala afek yang digunakan dalam penelitian ini dibuat sendiri oleh peneliti dan masih memiliki banyak kekurangan dalam aitem-aitem yang diuji cobakan dan yang diteliti. Maka saran bagi peneliti selanjutnya agar menggunakan aitem skala PANAS dari Zevon, Tellegen dan Watson yang akan peneliti lampirkan skala aitemnya pada halaman lampiran agar penelitian serupa kedepannya diharapkan lebih baik.