

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa hipotesis terdapat hubungan yang positif antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Kristen dapat diterima ( $r = 0,389$ ;  $p \leq 0,050$ ). Hubungan positif menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas maka kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Kristen cenderung semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah religiusitas maka kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Kristen cenderung semakin rendah.

Sumbangan efektif yang diberikan religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 15.2% dan sisanya 84,8% berhubungan dengan faktor lain faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil kategorisasi data kesejahteraan psikologis, diketahui bahwa subjek penelitian memiliki kesejahteraan psikologis pada kategori tinggi berjumlah 42 orang (48,0%), pada kategori sedang berjumlah 8 orang (16,0%), dan tidak ada subjek penelitian yang berada pada kategori rendah. Berdasarkan hasil diatas dapat peneliti simpulkan bahwa kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Kristen cenderung tinggi. Sementara itu, berdasarkan hasil kategorisasi data religiusitas, diketahui bahwa subjek penelitian memiliki religiusitas pada kategori tinggi berjumlah 3 orang (6,0%), pada kategori sedang berjumlah 43 orang (86,0%), dan pada kategori rendah berjumlah 4 orang (8,0%). Berdasarkan hasil diatas dapat peneliti simpulkan bahwa religiusitas mahasiswa Kristen cenderung berada pada kategori sedang.

## **A. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka diajukan beberapa saran sebagai berikut:

### 1. Bagi mahasiswa

Bagi mahasiswa agar memiliki kesejahteraan psikologis karena dapat membuat dirinya mampu untuk menjalankan fungsi psikologis dengan lebih baik. Kegiatan yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis yakni melakukan kegiatan positif seperti beribadah, berdoa, dan melakukan banyak hal kasih kepada sesama manusia agar kebahagiaan selalu datang kepada kita.

### 2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang meneliti tentang variabel kesejahteraan psikologis dan religiusitas agar dapat mengkaji dengan menggunakan teori terbaru. Memperluas penelitian ini dengan meneliti variabel lain yang berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis sehingga dapat mengungkap penemuan-penemuan baru.