

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan oleh orang tua, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis yang dirasakan oleh mahasiswa. Namun, berdasarkan hasil kategorisasi, sebagian besar mahasiswa dalam penelitian ini justru berada pada kategori dukungan sosial orang tua yang rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa banyak mahasiswa belum mendapatkan dukungan optimal dari orang tua mereka dalam menghadapi masa transisi awal perkuliahan. Kondisi ini berpotensi memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa, yang terlihat dari tingkat kesejahteraan yang cenderung sedang. Dengan demikian, dukungan sosial dari orang tua memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa beradaptasi, menghadapi tantangan akademik dan emosional, serta menjaga kesehatan psikologis mereka selama masa perkuliahan.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian yang telah diuraikan, peneliti memahami bahwa peneliti jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

### 1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi subjek penelitian mahasiswa diharapkan dapat menyadari pentingnya dukungan sosial dari orang tua dalam mendukung kesejahteraan psikologis mereka. Oleh karena itu, menjaga komunikasi yang terbuka dan rutin dengan orang tua menjadi hal yang penting untuk dilakukan sebagai bentuk usaha menjaga kesehatan mental.

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam hal informasi latar belakang subjek, seperti semester yang sedang ditempuh, dan institusi tempat kuliah. Oleh karena itu, disarankan agar penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan data demografis tersebut untuk memperoleh gambaran yang lebih spesifik dan menyeluruh.