

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab V berisikan kesimpulan hasil penelitian mencakup gambaran umum pemaafan, kesejahteraan subjektif, hubungan pemaafan dan kesejahteraan subjektif serta rekomendasi bagi UPT BKPK dan peneliti selanjutnya.

5.1 Simpulan

5.1.1 Mahasiswa tingkat satu Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Akademik 2018/2019 secara umum memiliki tingkat pemaafan pada kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan mahasiswa memiliki dorongan yang lebih menghindari atau menarik diri dari pelaku yang telah menyakiti serta memiliki dorongan yang cukup untuk berbuat kebajikan atau kebaikan dengan pelaku, walaupun mahasiswa tersebut merasa menjadi korban, tetapi masih memiliki dorongan untuk membalas perbuatan pelaku.

5.1.1 Mahasiswa tingkat satu Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Akademik 2018/2019 secara umum memiliki tingkat kesejahteraan subjektif pada kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan mahasiswa sering mengalami afeksi positif dan juga sering mengalami afeksi negatif, cukup puas dengan hidupnya, cukup memahami dan menerima diri, kurang mampu membangun hubungan positif dengan orang lain, cukup mandiri, kurang mampu menguasai dan mengatur lingkungannya, memiliki tujuan hidup, memandang penting dan memiliki keinginan berkembang menjadi lebih baik, cukup mampu menerima lingkungan sosialnya, kurang yakin terhadap potensi masyarakat, merasa cukup dihargai lingkungannya, kurang memiliki kepedulian terhadap perkembangan yang terjadi pada masyarakat, dan kurang merasa terikat dengan komunitas dan masyarakat.

5.1.3 Terdapat hubungan positif antara pemaafan dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa tingkat satu Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Akademik 2018/2019. Artinya semakin tinggi pemaafan mahasiswa, maka cenderung semakin tinggi kesejahteraan subjektif mahasiswa. Semakin rendah pemaafan mahasiswa, maka cenderung semakin rendah kesejahteraan subjektif mahasiswa. Mahasiswa yang mempunyai pemaafan yang tinggi

akan melakukan suatu tindakan kebaikan kepada seseorang yang telah menyakiti individu tersebut, kemudian mahasiswa yang mempunyai pemaafan tinggi akan mampu menjadi tulus yang merupakan pilihan sadar individu dalam melepaskan keinginan untuk membalas dendam sehingga pada akhirnya individu dapat merasakan ketentraman dan tercapainya kesejahteraan individu.

5.2 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian hubungan antara pemaafan dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa tingkat satu Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Akademik 2018/2019, berikut dirumuskan rekomendasi yang diharapkan dapat memberikan masukan yang bermanfaat.

5.2.1 Bagi UPT BKPK Universitas Pendidikan Indonesia dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai *need assessment* dalam merancang strategi layanan bimbingan pribadi untuk memfasilitasi mahasiswa dalam upaya peningkatan pemaafan dan kesejahteraan subjektif mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia.

5.2.2 Bagi peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian mengenai pemaafan dan kesejahteraan subjektif dapat dilakukan berdasarkan rekomendasi berikut.

- 1) Penelitian dilakukan dengan metode yang berbeda seperti menggunakan menguji efektivitas teknik bimbingan dan konseling untuk meningkatkan pemaafan dan kesejahteraan subjektif.
- 2) Penelitian dapat dilakukan dengan mengkorelasikan dengan variabel lain seperti dengan *mindfulness* dan *acceptance*, yang sering direkomendasikan untuk mengelola situasi atau keadaan yang sulit,

Penelitian dilakukan terhadap partisipan yang berada pada tingkat yang berbeda seperti pada mahasiswa pada tingkat dua, tiga, dan empat. Dan kecenderungan pemaafan dan kesejahteraan subjektif pada tingkatan yang berbeda.