

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian dan pembahasan diperoleh kesimpulan bahwa, secara keseluruhan tingkat kebahagiaan (*happiness*) pada mahasiswa prodi bimbingan dan konseling berada pada kategori cukup bahagia dengan persentase sebesar 70,87% atau sejumlah 129 mahasiswa. Kebahagiaan mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2018 dan 2019 terletak pada:

- a. Aspek afektif atau tingkat pengamalan emosi, kebahagiaan pada mahasiswa memiliki kategori cukup bahagia, yaitu sebesar 73,07% sebanyak 113 mahasiswa, terdapat skor kategori tidak bahagia yaitu sebesar 0,54% sebanyak 1 mahasiswa dan kategori sangat bahagia sebesar 26,39% sebanyak 48 mahasiswa. Sehingga diperoleh bahwa mahasiswa prodi bimbingan dan konseling angkatan 2018 dan 2019 memiliki tingkat kebahagiaan yang cukup dengan pengalaman emosi yang mendominasi berupa afektif positif atau pengalaman emosi positif yang mempengaruhi kebahagiaan mahasiswa.
- b. Aspek kognitif atau kepuasan diberbagai bidang kehidupan, kebahagiaan mahasiswa bimbingan dan konseling memiliki kategori cukup bahagia, yaitu sebesar 64,30% sebanyak 117 mahasiswa. Artinya, mahasiswa sudah memiliki kepuasan terhadap bidang kehidupannya. Aspek kognitif didominasi oleh kategori tidak bahagia sebesar 0% sebanyak 0 mahasiswa. Kemudian untuk kategori sangat bahagia sebesar 35,70% sebanyak 65 mahasiswa. Sehingga dapat disimpulkan bahwa, kepuasan dalam berbagai bidang kehidupan memiliki pengaruh yang cukup tinggi dalam kebahagiaan mahasiswa prodi bimbingan dan konseling.
- c. Berdasarkan hasil penelitian kebahagiaan mahasiswa prodi bimbingan dan konseling maka dikembangkan menjadi sebuah program bimbingan pribadi dengan metode bimbingan klasikal dan bimbingan kelompok. Dalam metode tersebut dari setiap indikator dikembangkan berdasarkan kebutuhan mahasiswa (1) Afektif positif deskripsi kebutuhannya ialah mahasiswa perlu menguatkan sikap positif dalam setiap pikirannya, (2) Afektif negatif deskripsi kebutuhannya ialah mahasiswa perlu menguatkan sikap pantang menyerah

dan bangkit dari peristiwa/kejadian buruk, (3) Kebahagiaan terhadap diri sendiri deskripsi kebutuhannya ialah mahasiswa perlu mengembangkan kepuasan terhadap diri sendiri, (4) Kebahagiaan terhadap keluarga deskripsi kebutuhannya ialah mahasiswa perlu menerima setiap kejadian atau peristiwa yang terjadi, (5) Kebahagiaan terhadap teman sebaya deskripsi kebutuhannya ialah mahasiswa perlu mengembangkan hubungan terhadap teman sebaya di kehidupannya, (6) Kebahagiaan terhadap kesehatan deskripsi kebutuhannya ialah mahasiswa perlu mempertahankan setiap kesehatan dirinya sendiri, (7) Kebahagiaan terhadap keuangan deskripsi kebutuhannya ialah mahasiswa perlu mengembangkan keterampilan dalam mengelola keuangan, (8) Kebahagiaan terhadap prestasi deskripsi kebutuhannya ialah mahasiswa perlu mengembangkan setiap prestasi yang dimiliki, (9) Kebahagiaan terhadap waktu luang deskripsi kebutuhannya ialah mahasiswa perlu menerima setiap kejadian dan waktu luang dalam setiap peristiwa selama hidupnya.

5.2 Rekomendasi

Berdasarkan simpulan dan temuan penelitian mengenai gambaran kebahagiaan mahasiswa prodi bimbingan dan konseling, maka dikemukakan beberapa rekomendasi bagi pihak tertentu agar dapat bermanfaat untuk ke depannya sebagai berikut.

a. Guru Bimbingan dan Konseling dan BKPK

Dengan mengetahui tingkat kebahagiaan (*happiness*) mahasiswa prodi bimbingan dan konseling angkatan 2018 dan 2019, disarankan guru bimbingan dan konseling dapat lebih memperhatikan kebutuhan dan perkembangan diri mahasiswa sebagai individu yang memasuki dewasa awal dengan mengadakan bimbingan atau konseling, khususnya untuk mengatasi masalah pribadi dan sosial. Sedangkan untuk BKPK pemanfaatan hasil penelitian sebagai referensi dalam membuat program layanan bimbingan dan konseling bagi mahasiswa. Sehingga diharapkan mahasiswa memiliki kemampuan untuk memperoleh kebahagiaan dari hasil penyesuaian diri dan sosial yang baik terhadap segala aspek kehidupan, khususnya keluarga.

b. Peneliti Selanjutnya

Rekomendasi untuk peneliti selanjutnya ialah dapat menggunakan pendekatan kualitatif yang lebih mendalam dengan subyek yang berbeda. Untuk selanjutnya peneliti juga diharapkan dapat menggunakan instrumen lain, selain dalam bentuk skala misalnya menggunakan pedoman wawancara dan pedoman observasi untuk mengungkap berbagai tingkat kebahagiaan (*happiness*) mahasiswa.