

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab lima menyajikan hasil simpulan penelitian dan rekomendasi penelitian kepada berbagai pihak terkait yaitu unit Bimbingan dan Konseling di Perguruan Tinggi, Program Studi Bimbingan dan Konseling, dan peneliti selanjutnya sebagai berikut.

5.1. Simpulan

Berdasarkan penelitian mengenai kecenderungan kesejahteraan psikologis mahasiswa dalam pembelajaran daring, dapat disimpulkan sebagai berikut.

- 5.1.1. Kecenderungan kesejahteraan psikologis mahasiswa dalam pembelajaran daring sebagian besar berada pada kategori kesejahteraan psikologis tinggi yang berarti bahwa mahasiswa sudah mampu menerima dan mengakui dirinya sendiri dengan segala karakteristiknya tanpa syarat, memiliki hubungan positif dengan orang lain terutama dalam pembelajaran daring, bertindak atas kemauan sendiri dengan cara tertentu tanpa paksaan dan mengevaluasi diri dengan standar pribadi, memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikisnya dan mampu memanfaatkan peluang pembelajaran daring secara efektif, memiliki tujuan hidup yang terarah dan bermakna, dan mengaktualisasikan diri.
- 5.1.2. Kecenderungan kesejahteraan psikologis mahasiswa dalam pembelajaran daring berdasarkan angkatan yaitu angkatan 2018, 2019, 2020, dan 2021, tidak terdapat perbedaan kecenderungan kesejahteraan psikologis yang signifikan. Setiap angkatan berada pada kategori kesejahteraan psikologis tinggi.
- 5.1.3. Kecenderungan kesejahteraan psikologis mahasiswa dalam pembelajaran daring berdasarkan jenis kelamin menunjukkan tidak terdapat perbedaan kecenderungan kesejahteraan psikologis yang signifikan antara lelaki dan perempuan.

5.2. Rekomendasi

Berdasarkan penelitian mengenai kecenderungan kesejahteraan psikologis mahasiswa dalam pembelajaran daring, terdapat beberapa rekomendasi yang ditunjukkan kepada berbagai pihak terkait, sebagai berikut.

5.2.1. Unit Bimbingan dan Konseling di Perguruan Tinggi

Buku pedoman kesejahteraan psikologis yang dikembangkan sebagai implikasi layanan Bimbingan dan Konseling dari kecenderungan kesejahteraan psikologis yang telah dirumuskan sebagai salah satu alternatif cara mengembangkan kesejahteraan psikologis mahasiswa dapat diimplementasikan di Universitas untuk membantu mahasiswa dalam meningkatkan kesejahteraan psikologisnya.

5.2.2. Program Studi Bimbingan dan Konseling

Buku pedoman kesejahteraan psikologis yang dikembangkan sebagai implikasi layanan Bimbingan dan Konseling dari kecenderungan kesejahteraan psikologis yang telah dirumuskan sebagai salah satu alternatif cara mengembangkan kesejahteraan psikologis mahasiswa dapat diimplementasikan di Program Studi untuk membantu mahasiswa BK dalam meningkatkan kesejahteraan psikologisnya.

5.2.3. Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya dapat mengujicobakan buku panduan untuk mengoptimalkan dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa yang telah divalidasi oleh pakar dan praktisi.