

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Hasil penelitian serta pembahasan yang telah diuraikan pada bab IV menghasilkan sejumlah kesimpulan berikut.

1. Skala Kesejahteraan Psikologis versi Adaptasi merupakan sebuah alat ukur psikologis yang sesuai untuk digunakan kepada mahasiswa dalam mengukur tingkat kesejahteraan psikologis dilihat dari hasil proses adaptasi yang telah dilakukan telah dilakukan. Hasil adaptasi menunjukkan bahwa 54 item pernyataan dapat digunakan dalam penelitian.
2. Skala Kesejahteraan Psikologis hasil adaptasi dapat dinyatakan sudah memenuhi syarat sebagai alat ukur psikologis yang terstandar berdasarkan hasil uji empirik kepada mahasiswa di Kota Tasikmalaya. Hasil pengujian dibuktikan dengan hasil validitas dan reliabilitas yang tinggi. Skala Kesejahteraan Psikologis hasil adaptasi ini dilengkapi buku manual yang bertujuan untuk menyediakan petunjuk baku atau keseragaman dalam penyelenggaraan, penyekoran, serta interpretasi skala.
3. Kategorisasi Skala Kesejahteraan Psikologis versi Adaptasi menggunakan 3 kategorisasi ideal yakni tinggi, sedang dan rendah. Hasil penelitian menunjukkan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa mayoritas berada dalam kategori sedang, artinya dalam kategori ini mahasiswa cukup mengintegrasikan aspek kesejahteraan psikologis namun tidak secara optimal.
4. Hasil yang didapatkan oleh mahasiswa sebagai sampel penelitian menunjukkan bahwa skor Skala Kesejahteraan Psikologis dipengaruhi oleh perbedaan jenis kelamin.

B. Rekomendasi

1. Bagi Layanan Bimbingan dan Konseling

Skala Kesejahteraan Psikologis sebagai salah satu instrumen atau alat ukur psikologis dapat memberikan pemahaman sejauh mana tingkat kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh individu. Skala kesejahteraan psikologis dapat dijadikan langkah awal untuk mengembangkan kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh mahasiswa. Sehingga, layanan bimbingan konseling yang diberikan sesuai dengan kebutuhan yang mencakup enam dimensi kesejahteraan psikologis yaitu penerimaan diri, memiliki hubungan positif, tujuan hidup, otonomi, mampu mengelola lingkungan, serta pertumbuhan pribadi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Skala Kesejahteraan Psikologis hasil adaptasi ini diharapkan dapat dikaji lebih mendalam sehingga mampu mengungkapkan tingkat kesejahteraan psikologis dari berbagai latar belakang. Skala Kesejahteraan Psikologis dapat dijadikan langkah dasar atau pondasi dalam membuat program sebagai upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa.

