

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil Analisa data penelitian menggunakan analisis regresi linier sederhana dengan bantuan program SPSS 25.00 dapat disimpulkan bahwa nilai F hitung sebesar 30,163 dengan taraf signifikan ( $p$ ) = 0,000 kurang dari 0,05 yang berarti ada pengaruh antara variabel x (rasa syukur) dan variabel y (kebahagiaan). Uji Parsial menunjukkan nilai t hitung sebesar 5,942 lebih besar dari t tabel =2,021 dengan taraf signifikan ( $p$ ) = 0,000 kurang dari 0,05 yang berarti hipotesis diterima, sehingga ada pengaruh signifikan variabel x (rasa syukur) terhadap variabel y (kebahagiaan). pengaruh variabel x (rasa syukur) terhadap variabel y (kebahagiaan) sebesar 48,5%. variabel kebahagiaan dipengaruhi oleh variabel rasa syukur dengan persamaan matematis  $y = 31,673 + 0,605x$ . Melakukan uji tambahan yaitu uji korelasi dengan menunjukkan nilai r sebesar 0,697 yang berarti terdapat hubungan kuat antara variabel x (rasa syukur) dengan variabel y (kebahagiaan).

#### **5.2 SARAN**

Berdasarkan kesimpulan dan paparan pembahasan yang telah dikemukakan oleh peneliti pada bab sebelumnya terdapat beberapa saran yang peneliti berikan sehubungan dengan penelitian ini, antara lain :

a. Bagi Guru

Bagi guru yang memiliki kebahagiaan rendah, peneliti menyarankan agar dapat meningkatkan rasa syukur dengan merasakan dunia begitu indah, kebermaknaan hidup yang bermanfaat, berkumpul dengan orang lain. Selain itu, mengurangi rasa pesimis akan masa depan serta memiliki tujuan yang jelas membuat guru akan merasakan kebahagiaan.

b. Bagi Sekolah

Bagi Sekolah Kreatif SD Muhammadiyah 1 Menganti alangkah baiknya dapat membuat program-program yang mampu untuk mempererat hubungan antar warga sekolah sehingga menumbuhkan rasa kebersyukuran atas apa yang telah dimiliki

tanpa membandingkan satu sama lain. Rasa syukur yang tinggi pada warga sekolah dapat meningkatkan kebahagiaan guru dalam lingkungan kerja.

c. Peneliti Selanjutnya

Saran bagi Peneliti lain agar dapat mempelajari variabel lain yang dapat diteliti, antara lain: penyesuaian, status sosial, intensi bermedia sosial, penerimaan diri, prestasi belajar, persepsi diri, dukungan sosial, spiritualitas, interaksi sosial. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat menggali lebih dalam terkait kebahagiaan guru dengan menggunakan metode kualitatif sehingga didapati akar permasalahan secara jelas terkait permasalahan kebahagiaan guru.



