

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui bahwa terdapat Pengaruh Relegiusitas terhadap kebahagiaan pada Mahasiswa Tingkat akhir universitas Muhammadiyah Gresik.. Hal ini ditunjukkan t Hitung $>$ t Tabel ($4.401 > 1,650$) dan $p = 0,000$. Selanjutnya berdasarkan hasil uji pengaruh variabel nilai R Square sebesar 0,055 (5,5%). Hal ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan model regresi ,dimana variabel independent (relegiusitas) memiliki sumbangan efektif terhadap variabel dependent (kebahagiaan) sebesar 5,5%, sedangkan 94,5% dipengaruhi oleh faktor lainnya. Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat diketahui bahwa pentingnya relegiusitas pada diri mahasiswa terhadap rasa kebahagiaan mahasiswa tingkat akhir yang ada di universitas Muhammadiyah gresik. Maka dari itu mahasiswa harus dapat terus dalam meningkatkan tingkat relegiusitasnya.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat menjadi salah satu referensi reflektif terhadap mahasiswa maupun tingkat akhir. Dalam hal ini, saran yang dapat diberikan adalah

1. Mahasiswa tingkat akhir diharapkan mampu meningkatkan relegiusitas terhadap diri sendiri melalui berbagai aktivitas keagamaan agar dapat menambah kebahagiaan .
2. Mahasiswa dapat menetapkan tujuan jangka pendek yang realitis dan dapat dicapai sebab dalam meraih tujuan tujuan kecil dapat meningkatkan perasaan dan makna. Serta mahasiswa juga bisa membiasakan untuk mencatat hal hal yang disyukuri setiap hari untuk membantu mengubah perspektif dan meningkatkan rasa puas terhadap hidup.

5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian mengenai variabel-variabel yang dapat meningkatkan kebahagiaan pada individu, mengingat kebahagiaan memiliki dampak yang beragam pada setiap diri individu dan juga kebahagiaan menjadi tujuan bagi semua orang.