

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

1. Gambaran kebahagiaan pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin yang sedang menjalani perkuliahan *online* merupakan sebuah penerimaan keadaan yang sudah terjadi. QF dan R mengungkapkan kebahagiaan dalam menjalani perkuliahan online ini merupakan sesuatu yang harus diperjuangkan dan cara memperjuangkannya adalah dengan menerima keadaan, mensyukuri apa yang terjadi dan berpikir positif, sedangkan subjek D, kebahagiaan bukan hanya perihal materi tapi ketika seseorang dapat menjalankan kewajiban dan menerima haknya dengan baik, tidak menjadi beban tapi sebaliknya menjadi manfaat bagi orang lain itu juga merupakan kebahagiaan. Kebahagiaan adalah mewakili tentang sebuah hubungan manusia dengan lingkungan, dengan kata lain manusia bisa saja merasakan kebahagiaan dengan caranya sendiri, oleh dan untuk manusia lainnya. Kebahagiaan pada semua subjek sesuai dengan aspek kebahagiaan menurut Seligman, yaitu: (1) hubungan positif dengan orang lain, dimana ketiga subjek dominan menyatakan bahwa ketiganya masih bisa berkomunikasi dengan sekitar mereka, (2) keterlibatan penuh, dimana dapat disimpulkan ketiga subjek mengikuti perkuliahan dengan baik, mengerjakan dan mengumpulkan tugas tepat waktu, melakukan

hal yang disukai juga meluangkan waktu untuk berkumpul dengan keluarga, (3) penemuan makna dalam keseharian, dapat disimpulkan ketiganya mendapatkan makna dan hikmah ketika menjalani perkuliahan *online* yang ketiganya dominan menyebutkan banyaknya waktu luang untuk berkumpul dengan keluarga, lebih hematnya finansial dan kesempatan untuk bisa melakukan hal lain selain kuliah, (4) optimis akan masa depan, dimana dapat disimpulkan ketiganya memiliki keyakinan bisa melewati perkuliahan *online* dengan baik, dan (5) resiliensi, yaitu kemampuan bangkit dari keterpurukan dan ketiga subjek memiliki cara masing-masing untuk melakukannya, berpikiran positif, mendengarkan hal baik, dan bersyukur juga membebaskan diri untuk melakukan apa yang dimau dan disukai.

2. Proses mencapai kebahagiaan pada subyek, pada subjek QF yaitusesekali mengalihkan pikiran dengan makan berat atau cemilan, tidak sering mengeluh, bersyukur dan mengambil pelajaran, terus berusaha berpikir dan mendengar hal baik. Pada subjek R yaitu menyiapkan diri dan perlengkapan sebelum menjalani perkuliahan, sesekali mengalihkan pikiran dari kuliah *online*, mengingat Allah dan bersyukur dan berpikiran positif. Sedangkan pada subjek D yaitu melakukan apa yang dia suka, memilih kegiatan yang aman untuk digabungkan dengan kuliah online, juga membebaskan diri. Ada beberapa kesamaan pada subjek QF dan R yaitu berpikir positif, yaitu kebahagiaan sendiri berkaitan dengan persepsi atau pola pikir yang

positif dalam diri seseorang, semakin positif persepsinya semakin tinggi juga kemungkinan kebahagiaan yang dicapainya, dan bersyukur dimana syukur menjadi sebab munculnya emosi positif yang dapat membantu untuk mengeratkan hubungan positif dengan orang lain, di mana hubungan positif tersebut merupakan bagian dari kebahagiaan. Kebahagiaan dalam islam tidak hanya terkait dengan sifat badani, akan tetapi juga berkaitan dengan hak Allah, dimana pengamalannya tidak hanya secara badani tetapi juga diikuti dengan batin, berpikir positif dan mensyukuri apa yang sudah terjadi pada masa pandemi, yaitu berupa perkuliahan *online* menjadi salah satu bukti adanya pengakuan akan hak-Nya dalam berbuat dan merencanakan sesuatu.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan pada ketiga subjek juga berbeda-beda, pada QF faktor yang mempengaruhi kebahagiaannya ketika kuliah adalah berkaitan persahabatan. Pada R faktor yang mempengaruhi perkuliahan *online* adalah adanya sebagian dosen dan materi yang menyenangkan, jaringan yang stabil, keluarga dan finansial- Sedangkan pada D faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan ketika menjalani perkuliahan *online* berupa banyaknya dampak-dampak positif dari kuliah *online* seperti halnya perkuliahan yang fleksibel, multitasking, keluarga dan tingkat keaktifan D yang lebih baik daripada ketika menjalani perkuliahan *online*. Ada satu hal yang menjadi kesamaan dari ketiganya, yaitu adanya faktor keluarga, dimana keluarga merupakan orang terdekat anak yang empatinya ada

untuk memberi motivasi dan menjadi fondasi bagi anak untuk giat belajar, mendukung dan berkasih sayang antar keduanya menggambarkan pemenuhan kebutuhan pendidikan anak.

## **B. Saran**

### 1. Untuk Subjek Penelitian

Tetaplah aktif untuk mengikuti perkuliahan, karena ketika kita memilih menyerah dengan keadaan kita akan menjadi pihak yang tertinggal. Jangan pernah bosan belajar dan mempertanyakan hal baru, lebih produktif dalam mencari ilmu pengetahuan selama masa pandemi apalagi sudah dipermudah dengan internet. Tetaplah mensyukuri, berpikiran positif dan mendengarkan apa yang perlu didengarkan, fokus dengan tujuan pribadi tanpa membandingkan dengan pencapaian orang lain. Cobalah untuk memahami dosen-dosen, karena hal ini adalah hal yang baru dilalui bersama antara mahasiswa dengan dosen jadi wajar jika tidak semua yang diharapkan tidak dapat terealisasikan dengan baik. Jarang sekali sesuatu hal akan sukses dalam sekali percobaan.

### 2. Untuk Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya, referensi dari perkuliahan *online* pasti akan tersebar luas karena melihat jangka waktu dari kuliah ini sendiri yang sudah setahun lebih dilalui, diharapkan untuk peneliti selanjutnya agar memperbanyak subjek yang akan diteliti agar dapat digeneralisasikan ke ruang lingkup yang lebih

luas, menggunakan triangulasi metode agar hasil dari data penelitian semakin kuat dan valid.

### 3. Untuk Lembaga Universitas

Dengan menampung berbagai macam keluhan dari mahasiswa, diharapkan dari pihak lembaga universitas terutama dosen yang mengajar untuk memperkaya atau menghadirkan variasi mengajar yang berbeda-beda atau tidak monoton, tidak hanya perihal materi ceramah tetapi juga menyajikan materi dengan menarik seperti video, cerita berdasarkan pengalaman, motivasi yang menginspirasi dan tambahan humor agar perkuliahan semakin menyenangkan. Memahami keadaan mahasiswa yang mungkin saja tidak semua mempunyai kemampuan cepat tanggap mengerti materi dan tugas yang diberikan, juga cara mengaplikasikan media yang digunakan dalam perkuliahan. Pihak universitas juga diharapkan menghadirkan kebijakan khusus untuk mahasiswa yang tinggal di daerah sulit sinyal, terus memantau penyaluran kouta internet yang diberikan agar semua mahasiswa mendapatkan haknya, di universitas memang sudah diterapkan program keringanan UKT, tapi tetap usulan ini harus kembali disuarakan dan diharapkan dengan persyaratan yang lebih mudah karena sebagian mahasiswa memilih untuk tidak mengajukan program karena persyaratan yang rumit. Perkuliahan *online* akan berjalan dengan baik jika pihak-pihak terkait di dalamnya sama-sama saling memahami dan mengapresiasi usaha yang sudah dilakukan. Karena ini adalah permasalahan bersama maka dibutuhkan kerja sama antar pihak di dalamnya.