

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil pembahasan mengenai pengaruh kebersyukuran terhadap *loneliness* dengan *perceived social support* sebagai variabel moderator pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat kebersyukuran mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin dalam penelitian ini didominasi pada kategori tinggi yakni sebanyak 298 (76,8%) orang, sisanya sebanyak 90 (23,2%) orang berada pada kategori kebersyukuran sedang. Dan tidak terdapat mahasiswa perantau yang berada pada kategori kebersyukuran rendah. Hal ini mencerminkan tingkat kepuasan dan kebahagiaan yang tinggi pada mahasiswa perantau di UIN Antasari. Mereka mampu menjaga sikap positif dan rasa syukur meskipun jauh dari keluarga.
2. Tingkat *loneliness* mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin berada pada kategori sedang yakni sebanyak 280 orang (72,1%), kemudian pada kategori sedang sebanyak 84 orang (21,7%) dan sisanya 24 orang (15,2%) pada kategori tinggi. Hal tersebut berarti bahwa mahasiswa perantau di UIN antasari cenderung mengalami perasaan *loneliness* dalam beberapa situasi atau waktu tertentu saja.
3. Tingkat *perceived social support* mahasiswa peranau di UIN Antasari Banjarmasin didominasi oleh kategori tinggi yakni sebanyak 254 (65,5 %)

mahasiswa perantau. Selanjutnya, sebanyak 129 (33 %) mahasiswa perantau berada pada kategori *perceived social support* sedang, dan sisanya sejumlah 5 orang (1,5 %) berada pada kategori rendah. Artinya mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin memiliki persepsi positif terhadap ketersediaan dukungan sosial, mereka meyakini bahwa bantuan akan mereka dapatkan ketika membutuhkan. su

4. Pada hasil uji T menunjukkan bahwa  $T_{hitung} < T_{tabel}$  yakni  $-6.370 < -1,649$  dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang berlawanan antara kebersyukuran terhadap *loneliness* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin.
5. Pada analisis regresi berganda variabel moderator yakni *perceived social support* dalam perannya pada pengaruh kebersyukuran terhadap *loneliness*, dilihat dari nilai signifikansi yakni  $0,563 > 0,05$  artinya tidak terdapat efek moderasi variabel *perceived social support* pada pengaruh kebersyukuran terhadap *loneliness* pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin.

## B. Rekomendasi

1. Bagi responden, disarankan untuk terus melatih kebersyukuran dengan intervensi yang telah ada misalnya dengan *gratitude journaling* yang sangat efektif untuk meningkatkan kebersyukuran. Responden juga dapat memperkuat kualitas interaksi sosial dengan bergabung dalam komunitas yang sesuai minat pribadi, menyisihkan waktu untuk berkumpul, atau mengikuti seminar-seminar yang dapat menambah relasi.

2. Bagi pihak universitas untuk dapat mengembangkan program pelatihan atau *workshop* misalnya *gratitude training* sebagai bagian dari kegiatan pengembangan karakter mahasiswa. Pihak universitas juga dapat memperkuat sistem pendampingan mahasiswa (mentoring), layanan konseling, serta wadah organisasi kemahasiswaan yang mendorong keterlibatan sosial agar persepsi mengenai dukungan sosial mahasiswa dapat terpenuhi dengan baik.
3. Bagi peneliti selanjutnya, melihat hasil penelitian dari variabel kebersyukuran dan *perceived social support* yang ternyata memiliki pengaruh tetapi sangat lemah menunjukkan ada faktor lain yang dapat berkontribusi lebih besar dalam mengurangi perasaan *loneliness*. Maka dari itu, disarankan agar penelitian selanjutnya mempertimbangkan variabel lain pada responden mahasiswa perantau. Beberapa variabel yang disarankan adalah *mindfulness*, *peer attachment*, dan komunikasi interpersonal. Penelitian selanjutnya juga dapat memperluas sampel dengan melibatkan mahasiswa dari berbagai latar belakang budaya atau wilayah geografis yang berbeda, misalnya mahasiswa yang berasal dari provinsi berbeda. Untuk mengetahui apakah konteks sosial dan budaya memengaruhi pola hubungan antar variabel yang diteliti.