

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5. 1. Simpulan

Berdasarkan hasil perhitungan dan hasil analisis data yang telah dilakukan dalam penelitian ini, diperoleh hal-hal yang menonjol dalam profil *happiness* pada Orang Muda Katolik (OMK) di Paroki Santa Perawan Maria Bunda Tujuh Kedukaan, Pandu, Bandung, sebagai berikut:

1. Mayoritas OMK Paroki Pandu, Bandung memiliki derajat *happiness* yang tinggi yang terlihat dari tingginya skor afektif dan kognitif, yaitu 76,2%.
2. Ada kecenderungan keterkaitan antara aspek kognitif atau kepuasan hidup dan aspek afektif.
3. Faktor yang memiliki kecenderungan keterkaitan dengan aspek afektif adalah faktor religiusitas dan reliabilitas, *social support* dan kesehatan, sedangkan yang memiliki kecenderungan keterkaitan dengan aspek kognitif hanyalah faktor *social support*.
4. Faktor yang tidak memiliki kecenderungan keterkaitan dengan aspek afektif adalah faktor pendidikan dan pekerjaan, sedangkan yang tidak memiliki kecenderungan keterkaitan dengan aspek kognitif adalah faktor religiusitas dan spiritualitas, kesehatan, pendidikan dan pekerjaan.

5. 2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diajukan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan.

5. 2. 1. Saran Teoretis

- Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan teori *happiness* dapat melakukan penelitian tidak hanya pada komunitas keagamaan tetapi juga dapat dari berbagai komunitas kaum muda lainnya. Juga tidak hanya pada bidang psikologi perkembangan saja tetapi juga dalam bidang ilmu psikologi lainnya seperti bidang klinis, pendidikan, industri dan organisasi dan sosial.
- Bagi peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian *happiness* dengan faktor religiusitas dan spiritualitas untuk mengetahui apakah ada hubungan erat antara *happiness* dan religiusitas dan spiritualitas.

5. 2. 2. Saran Praktis

- Bagi pihak gereja, khususnya Orang Muda Katolik (OMK), hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan untuk mengevaluasi kebahagiaan atau *happiness* pada OMK dalam beberapa waktu terakhir.
- Bagi para pengurus OMK, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi untuk merancang berbagai kegiatan baik kegiatan keagamaan (seperti doa, retreat, koor, dan sebagainya) maupun kegiatan keakraban (seperti misa OMK, sinode, dan lain sebagainya) yang dapat menjalin hubungan dan keakraban seluruh anggota OMK satu sama lain sehingga dapat meningkatkan perasaan-perasaan positif yang dirasakan oleh anggota OMK.