

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan pembahasan mengenai kontribusi sumber-sumber makna hidup terhadap *meaningfulness & crisis of meaning* pada relawan Basarnas Kota Bandung, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Keduapuluh enam sumber-sumber makna hidup secara bersama-sama memberikan kontribusi yang signifikan baik terhadap aspek *meaningfulness* maupun *crisis of meaning*
2. Terdapat 14 sumber yang memberikan kontribusi secara signifikan terhadap aspek *meaningfulness*, dan terdapat 9 sumber yang memberikan kontribusi secara signifikan terhadap aspek *crisis of meaning*
3. Sumber-sumber makna hidup yang paling signifikan dalam mempengaruhi arah dan tindakan relawan Basarnas pada aspek *meaningfulness*, yaitu sumber *harmony, care, unison with nature, spirituality* dan *creativity*. Tingginya orientasi relawan Basarnas pada sumber makna tersebut akan berdampak pada peningkatan makna hidupnya.
4. Sumber-sumber makna hidup yang paling signifikan dalam mempengaruhi arah dan tindakan relawan Basarnas pada aspek *crisis of meaning*, yaitu sumber *spirituality, social commitment, care, dan generativity*. Tingginya orientasi relawan Basarnas pada sumber makna tersebut akan berdampak pada peningkatan krisis makna hidupnya

## **5.2 Saran**

### **5.2.1. Saran Teoritis**

Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan, peneliti mengajukan beberapa saran teoritis untuk penelitian selanjutnya:

- Melakukan penelitian terhadap faktor-faktor lain yang mungkin dapat memiliki kaitan dengan makna hidup dan sumber-sumber makna hidup
- Melakukan penelitian tentang sumber-sumber makna dan makna hidup pada kelompok relawan lain agar mendapatkan gambaran yang lebih luas mengenai makna hidup pada kelompok relawan

### **5.2.2. Saran Praktis**

- Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi pihak instansi BASARNAS untuk memberikan psikoedukasi atau kegiatan lainnya bagi relawan Basarnas berdasarkan gambaran makna hidup dan sumber-sumber makna hidupnya.
- Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa memberikan informasi kepada relawan Basarnas mengenai gambaran sumber-sumber makna hidup yang paling berperan dalam profesinya sehingga dapat memberikan motivasi para relawan menjalani panggilan hidupnya.