

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa pelatihan pemaafan tidak memiliki pengaruh terhadap kebahagiaan mahasiswa yang orang tuanya bercerai, sehingga hipotesis dalam penelitian ini ditolak.

B. Saran

Bagi penelitian selanjutnya:

1. Peneliti hendaknya melakukan uji coba modul terlebih dahulu berupa *roleplay* agar memberikan gambaran penyesuaian waktu dengan materi yang akan disampaikan sehingga pelatihan yang dilaksanakan dapat berjalan dengan maksimal.
2. Adanya manajemen waktu yang baik untuk meminimalisir terjadinya pengunduran waktu saat pelatihan. Ketepatan waktu sangat penting pada proses pelatihan karena akan berdampak pada kondisi dan *mood* subjek saat mengikuti proses pelatihan.
3. Adanya pemberian *ice breaking* di sela-sela proses pelatihan agar peserta tidak jenuh.

4. Menyediakan pendampingan psikologis untuk stabilisasi emosi peserta pelatihan jika peserta mengalami ledakan emosi pada saat pelatihan. Oleh karena itu, *trainer* yang dipilih harus yang memiliki kompeten dalam melakukan hal tersebut.
5. Memperhatikan variabel lain yang akan berpengaruh pada efek pelatihan, yaitu dengan cara menentukan subjek yang homogen. Kondisi subjek yang homogen ini dapat dilakukan dengan mempertimbangkan kondisi lamanya perceraian orang tua subjek dan tingkat permasalahan yang dialami subjek. Perbedaan tingkat permasalahan subjek ini turut mempengaruhi kondisi subjek pada saat pelatihan dan berpengaruh pada hasil penelitian.
6. Mengembangkan penelitian dengan menggunakan variabel lain untuk meningkatkan kebahagiaan ditinjau dari faktor yang mempengaruhi kebahagiaan, seperti religiusitas atau dukungan sosial.