

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian berjudul Upaya Relawan Yayasan Seribu Senyum Dalam Mencapai *Psychological Well Being* dapat disimpulkan bahwa para relawan berupaya mencapai kebahagiaan secara psikologis melalui ketaatan terhadap hukum dan ajaran agama. Para relawan menjadikan agama sebagai referensi dalam bertindak dan bertingkah laku, sehingga para relawan mendedikasikan diri di tengah masyarakat.

Berbagai tindakan nyata dilakukan relawan diantaranya turut berpartisipasi secara berkala dalam merealisasikan program pendidikan, kesehatan, bakti sosial, dan ekonomi bagi masyarakat. Relawan dituntut untuk mampu membenturkan kekurangan yang dimiliki dengan aktivitas-aktivitas kemanusiaan yang sudah menjadi tanggung jawab. Keyakinan terhadap kebaikan yang dijanjikan Tuhan mendorong relawan untuk tetap mengabdikan kepada masyarakat hingga para relawan menemukan makna hidup.

Makna hidup tersebut muncul ketika relawan mampu menjadi seseorang yang bermanfaat di tengah masyarakat. Relawan juga mengalami perubahan kepribadian dengan adanya sikap positif terhadap pengalaman buruk di masa lalu dan keyakinan bahwa Tuhan selalu menganjurkan untuk selalu memperbaiki diri. Perubahan kepribadian yang terjadi pada diri relawan diantaranya yaitu perubahan kedisiplinan, sudut pandang yang lebih kompleks, komunikasi dengan orang terdekat dan masyarakat, peningkatan kepercayaan diri, tujuan hidup yang lebih jelas dan efektif, serta kemandirian dalam bersikap dan berperilaku.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang dapat disimpulkan di atas, ada beberapa hal yang dapat dijadikan masukan, antara lain:

a. Bagi Lembaga Terkait

Yayasan diharapkan tetap mempertahankan pengelolaan manajemen relawan yang disiplin, sehingga rasa kekeluargaan antar relawan semakin membaik.

b. Bagi Remaja Umum

Pekerjaan sebagai relawan dapat dijadikan sebagai salah satu media untuk optimalisasi potensi, serta pencarian kebermanaknaan hidup.

c. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian lain diharapkan memperpanjang waktu penelitian agar dapat mendalami suatu kasus dan mendapatkan pemahaman secara menyeluruh.