

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan tidak adanya perbedaan penggunaan strategi coping (*Problem Focused Coping* dan *Emotional Focused Copin*) dengan tipe kepribadian (ekstrovert ataupun introvert). Hipotesis dalam penelitian ini ditolak karena hasil uji hipotesis menunjukkan $X_{hit} = 0,063$, dengan $X_{tab} = 3,84$ (diperoleh dari db dengan menggunakan taraf signifikansi 0,05), artinya $X_{hit} \leq X_{tab}$. Artinya tidak ada penggunaan strategi coping (*Problem Focused Coping* atau *Emotional Focused Coping*) dengan tipe kepribadian (ekstravert dan introvert). Individu yang memiliki kepribadian introvert sama-sama menggunakan strategi coping bentuk *Problem Focused Coping* dan *Emotional Focused Coping*. Begitu pula dengan individu yang memiliki kepribadian ekstrovert, menggunakan strategi coping bentuk *Problem Focused Coping* dan *Emotional Focused Coping*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang menyatakan bahwa tidak ada perbedaan strategi coping ditinjau dari tipe kepribadian ekstrovert maupun introvert. Dengan demikian penelitian ini disarankan untuk peneliti selanjutnya agar dapat lebih cermat lagi dalam mengendalikan variabel-variabel lain yang diperkirakan akan banyak

mempengaruhi hasil penelitian kelak misalnya: dukungan sosial, kontrol diri, level ancaman yang dipersepsi seseorang, karena tipe kepribadian seseorang tidak membatasi individu untuk menggunakan strategi coping yang dirasa cocok dengan dirinya. Lebih lanjut untuk penelitian secara kuantitatif selanjutnya disarankan menggunakan sampel yang lebih besar. Selain itu, perlu adanya tambahan secara kualitatif berupa wawancara agar diperoleh data yang lebih mendalam tentang hal-hal berikut: persepsi tekanan yang dialai oleh mahasiswa, dinamika *coping*, dan konsekuensi yang dihadapi mahasiswa jika melakukan strategi *coping* tertentu. Peneliti selanjutnya juga disarankan agar tidak terpacu menggunakan skala luar negeri (adaptasi) karena kemungkinan dalam pemilihan strategi *coping* yang digunakan orang Indonesia berbeda dengan orang luar negeri.