

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang sudah diuraikan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dan koping berfokus pada masalah pada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi. Hal ini membuktikan bahwa ada hubungan yang positif antara dukungan sosial dan koping berfokus pada masalah pada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi.

B. Saran

Saran yang dapat diberikan berdasarkan penelitian yang sudah dilaksanakan sebagai berikut :

1. Bagi subjek

Diharapkan mampu untuk meningkatkan kemampuan dalam menyelesaikan masalah dengan koping berfokus pada masalah. Selain itu, subjek perlu mengetahui bahwa dukungan sosial yang didapat dari keluarga, dosen pembimbing, dan teman adalah salah satu faktor yang dapat membantu dalam memecahkan suatu masalah.

2. Bagi institusi pendidikan

Dukungan yang diberikan oleh orang tua, dosen pembimbing, dan teman sangat berpengaruh pada coping berfokus pada masalah mahasiswa dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Diharapkan orang tua, dosen pembimbing, dan teman dapat memberikan dukungan sosial yang sesuai dengan kebutuhan supaya dapat mendorong mahasiswa dalam menggunakan coping berfokus pada masalah yang baik.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat menggunakan teori serta faktor-faktor dari tokoh yang berbeda dengan penelitian ini. Kemudian dapat melakukan penelitian lebih lanjut tentang coping berfokus pada masalah dengan subjek yang berbeda dan seimbang antara subjek laki-laki dan subjek perempuan dan menggunakan teknik cluster sampling. Selain itu, menambahkan variabel lain seperti kesehatan dan energi, keyakinan positif, keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial, sumber daya bahan, dan sebagainya dengan tujuan untuk memperluas penelitian ini.