

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui dan memahami lebih dalam mengenai strategi koping pada mahasiswa rantau yang memiliki orang tua bercerai. Penelitian ini menunjukkan bahwa permasalahan mahasiswa rantau yang memiliki orang tua bercerai adalah permasalahan keluarga, keuangan dan penyusunan skripsi sehingga berdampak secara psikologis salah satunya adalah stres sehingga penting untuk memiliki strategi koping. Hasil dari penelitian ini mendapati bahwa strategi koping yang digunakan oleh partisipan penelitian *emotional focused koping* dan *problem focused koping*.

Adapun faktor yang mempengaruhi strategi koping pada mahasiswa rantau dengan orang tua bercerai adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi ketidaksukaan berlama-lama dengan emosi negatif, pengalaman dan kedewasaan dan religiusitas, sikap terhadap stres, dan usia. Kemudian, faktor eksternal meliputi keuangan, jenis masalah, kehidupan sosial, adanya bantuan atau dukungan dari orang lain.

B. Saran

Saran yang diberikan pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Saran untuk Mahasiswa Rantau:
 - a. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor internal seperti sikap terhadap stres mempengaruhi strategi koping, maka mahasiswa rantau

diharapkan mampu untuk dapat melihat sisi baik dan menyikapi stres dengan positif saat sedang menghadapi permasalahan.

- b. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi strategi koping, maka penting bagi mahasiswa untuk mencari lingkungan yang dapat memberikan dukungan dukungannya baik materiil maupun non materiil.

2. Saran untuk lingkungan sekitar

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi strategi koping mahasiswa rantau, maka lingkungan sekitar perlu untuk memberikan dukungannya baik materiil maupun non materiil terhadap permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa rantau yang memiliki orang tua bercerai agar mahasiswa rantau yang sedang mengalami masalah dapat melakukan strategi koping dengan baik.

3. Saran untuk peneliti selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi strategi koping mahasiswa rantau seperti pengalaman dan kedewasaan, religiusitas, berpikir optimis, sikap terhadap stres, usia, keuangan, jenis masalah, kehidupan sosial, dan dukungan sosial, sehingga bagi peneliti lainnya yang berminat melakukan penelitian lanjutan tentang strategi koping dapat melakukan penelitian dengan mempertimbangkan faktor-faktor tersebut sebagai variabel independen yang mempengaruhi strategi koping.