

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian diketahui bahwa terdapat korelasi positif antara Dukungan Sosial teman sebaya dengan Tingkat Stres pada remaja, yang ditunjukkan dengan koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,393 ($p \leq 0,001$). Korelasi ini membuktikan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan salah satu variabel yang memiliki peranan terhadap tingkat stres pada remaja. Semakin banyak mendapatkan dukungan sosial teman sebaya, maka remaja cenderung memiliki tingkat stres yang rendah. Sebaliknya, semakin tidak mendapatkan dukungan sosial teman sebaya, maka remaja cenderung memiliki tingkat stres yang tinggi. Sumbangan efektif Dukungan Sosial teman sebaya terhadap Tingkat Stres pada remaja adalah sebesar 15,5 %, sementara sisanya 84,5 % berkaitan oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat peneliti berikan diantaranya:

1. Subjek

Subjek dituntut untuk tetap menghadapi permasalahan ataupun persoalan kehidupannya dengan tenang dan mampu mengatasi permasalahannya. Dengan adanya dukungan sosial teman sebaya maka remaja akan terbantu dalam menurunkan tingkat stres apabila remaja merasa tertekan atau bahkan ketika remaja tidak dapat mengatasi permasalahannya.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dalam penelitian ini, dukungan sosial teman sebaya mampu terbukti mampu memberikan sumbangan terhadap tingkat stres remaja. Sumbangan efektif Dukungan Sosial teman sebaya terhadap Tingkat Stres pada remaja adalah sebesar 15,5 %, sementara sisanya 84,5 % berkaitan oleh kurang banyaknya responden yang di dapat dalam penelitian ini di sarankan untuk memaksimalkan jumlah responden dari penelitian yang sudah saya lakukan.. Hal ini membuka ruang bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian atau kajian ilmiah yang berkaitan dengan tingkat stres dan melihat faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhinya.