

BAB V

PENUTUP

Bab ini menjelaskan kesimpulan hasil penelitian berdasarkan permasalahan yang terdapat dalam penelitian. Selain itu, terdapat penjelasan mengenai saran metodologis dan praktis dari hasil penelitian yang sudah didapatkan. Hal ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak terkait dan menjadi pertimbangan bagi penelitian yang akan dilakukan selanjutnya terkait variabel *coping strategies* dan *psychological distress* pada remaja panti asuhan.

1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh antara *coping strategies* terhadap *psychological distress* pada remaja panti asuhan di Kota Padang. Berdasarkan jenis *coping*, jenis *problem focused coping* dan *avoidance coping* mempengaruhi *psychological distress* serta kedua jenis tersebut paling banyak digunakan oleh remaja panti asuhan, sedangkan *emotional focused coping* tidak ditemukan mempengaruhi *psychological distress*.

Selanjutnya, remaja panti asuhan di Kota Padang menggunakan *avoidance coping* memiliki tingkat *psychological distress* tinggi, sedangkan menggunakan *emotional focused coping* memiliki tingkat *psychological distress* yang rendah. Adapun subskala *problem focused coping* paling banyak digunakan adalah *active coping*, jenis *emotional focused coping* paling banyak digunakan adalah *religion*, serta jenis *avoidance coping* paling banyak digunakan pada remaja panti asuhan di Kota Padang adalah *self-distraction*.

1.2 Saran

Peneliti mengajukan beberapa saran terkait hasil penelitian serta keterbatasan yang terdapat dalam penelitian ini untuk dijadikan pertimbangan oleh berbagai pihak. Adapun saran tersebut yaitu sebagai berikut:

1.2.1 Saran Metodologi

1. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut menggunakan metode kualitatif yang bermanfaat untuk mendapatkan hasil penelitian lebih mendalam terkait *coping strategies* dan *psychological distress* pada remaja panti asuhan.
2. Penelitian ini hanya fokus meneliti *coping strategies* remaja panti asuhan terhadap *psychological distress*. Dengan demikian, diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti dengan faktor lain yang dapat mempengaruhi variabel *psychological distress* atau variabel *coping strategies* pada remaja, seperti lingkungan diantaranya yaitu peran pengasuh.

1.2.2 Saran Praktis

1.2.2.1 Pada Remaja

Kategori *psychological distress* pada remaja panti asuhan menunjukkan berada pada kategori tinggi. Adapun jenis *coping strategies* yang mempengaruhi *psychological distress* yaitu *problem focused coping* dan *avoidance coping*. *Problem focused coping* secara aktif dapat mengatasi *psychological distress* dengan pemecahan masalah serta mengubah situasi melalui konfrontasi dan rekonstruksi kognitif. Sedangkan *avoidance coping*

fokus mengabaikan *psychological distress* yang membuat mereka pasif dan negatif dalam menghadapi sumber tekanan. Pada remaja panti asuhan yang cenderung menggunakan *problem focused coping* diharapkan dapat mempertahankan penggunaan *coping* tersebut, sedangkan remaja yang cenderung menggunakan *avoidance coping* diharapkan dapat memahami dan mengalihkan pada *coping* yang lebih efektif dalam mengurangi atau mengatasi *psychological distress*.

1.2.2.2 Pakar Ahli

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan rujukkan untuk penyuluhan oleh pakar ahli dibidangnya untuk memberi edukasi atau pengetahuan kepada pengasuh panti asuhan agar pengasuh dapat memahami penggunaan jenis *coping strategies* yang tepat sebagai upaya membantu remaja panti asuhan menurunkan tingkat *psychological distress*.

