

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terkait gambaran strategi *coping* mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Universitas Andalas, diperoleh bahwa strategi yang dominan dimiliki mahasiswa adalah *emotion focused coping*. Penggunaan *emotion focused coping* pada mahasiswa skripsi dapat dipengaruhi oleh kepribadian individu, konsep diri, dan dukungan sosial. Selain itu, kemampuan kognitif, keyakinan, keterampilan menghadapi permasalahan, dan karakteristik masing-masing mahasiswa dapat memengaruhi pemilihan strategi *problem focused coping* maupun *emotion focused coping*.

Dalam penggunaan strategi *coping*, aspek dengan nilai *mean* tertinggi adalah *escape-avoidance* yaitu berkaitan dengan usaha mahasiswa agar dapat terlepas atau menghindari dari situasi stres selama skripsi. Sedangkan aspek dengan nilai *mean* terendah adalah *accepting responsibility* yaitu usaha mahasiswa untuk mengakui tanggung jawabnya terhadap suatu masalah dan mencoba untuk memperbaiki situasi yang terjadi.

#### 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memiliki beberapa masukan kepada berbagai pihak untuk dijadikan pertimbangan dan perbaikan guna menambah wawasan ilmu terkait hasil penelitian. Beberapa saran yang dimaksud adalah :

### 5.2.1 Saran Metodologis

Beberapa saran metodologis dalam penelitian ini adalah :

1. Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan topik serupa, diharapkan dapat memperhatikan faktor lainnya yang memengaruhi strategi *coping* selama menyelesaikan skripsi.
2. Untuk mendapatkan informasi yang lebih mendalam terkait strategi *coping*, peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan metode dan teori lain sehingga dapat memunculkan variasi dari hasil penelitian yang dapat memberikan wawasan tambahan.

### 5.2.2 Saran Praktis

Saran praktis dalam penelitian ini adalah :

1. Bagi mahasiswa yang memiliki strategi *emotion focused coping* selama menyelesaikan permasalahan skripsi, diharapkan dapat lebih selektif dalam mengontrol kondisi emosi agar dapat menyelesaikan berbagai permasalahan dan tantangan dengan lebih baik.
2. Bagi mahasiswa yang memiliki *problem focused coping* selama menyelesaikan skripsi, diharapkan dapat mempertahankan strategi yang digunakan dengan tetap fokus untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.