

BAB V PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan *hardiness* dengan *coping strategies* pada siswa SMAN 8 Pekanbaru dalam menghadapi ujian masuk perguruan tinggi dengan metode Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK) adalah sebagai berikut:

1. Dari hasil penelitian ditemukan hubungan positif yang signifikan antara *hardiness* dengan *problem-focused coping* dan *emotional-focused coping* serta hubungan negatif yang signifikan antara *hardiness* dengan *dysfunctional coping*. Sehingga semakin tinggi tingkat *hardiness* maka semakin tinggi kecenderungan untuk menggunakan *problem-focused coping* dan *emotional focused coping*, sedangkan semakin tinggi tingkat *hardiness* maka semakin rendah kecenderungan untuk menggunakan *dysfunctional coping*. Hal ini berlaku sebaliknya, semakin rendah tingkat *hardiness* maka semakin rendah kecenderungan untuk menggunakan *problem-focused coping* dan *emotional focused coping*, sedangkan semakin rendah tingkat *hardiness* maka semakin tinggi kecenderungan untuk menggunakan *dysfunctional coping*.
2. Sebanyak 120 dari 220 orang siswa SMAN 8 Pekanbaru memiliki *hardiness* yang rendah. Hal ini berarti bahwa siswa masih memiliki *commitment*, *control*, dan *challenge* yang rendah dalam menghadapi Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK).
3. *Coping strategies* yang paling banyak digunakan oleh siswa SMAN 8 Pekanbaru adalah *dysfunctional coping*. Hal ini berarti siswa lebih cenderung

untuk menghindar atau mengalihkan diri ke kegiatan lain saat merasa stres, seperti stres saat menghadapi Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK).

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti memberikan saran yang dapat dijadikan pertimbangan untuk berbagai pihak, yaitu:

5.2.1 Saran Metodologis

1. Peneliti menyadari bahwa waktu pengambilan data penelitian tidak sesuai dengan tujuan penelitian, yakni sebelum ujian masuk perguruan tinggi dengan metode Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK) berlangsung. Oleh karena itu, peneliti menyarankan untuk lebih memperhatikan lagi waktu dilaksanakannya UTBK serta melakukan pengambilan data sebelum UTBK berlangsung.
2. Pada kuesioner penelitian yang disebarkan terlampir angka skoring dari alat ukur, sehingga dapat mempengaruhi hasil dari respon subjek penelitian. Bagi penelitian selanjutnya disarankan untuk lebih memperhatikan lagi bagaimana melampirkan skala sesuai dengan alat ukur penelitian.

5.2.2 Saran Praktis

- a. Bagi siswa
 1. Dari hasil penelitian ditemukan sebanyak 120 dari 220 orang siswa memiliki tingkat *hardiness* yang rendah. Maka dari itu diharapkan bagi siswa agar dapat meningkatkan *hardiness* yang dimiliki dengan menambah pengalaman terkait pengetahuan intelektual dan sosial.

2. Pada penelitian ini ditemukan bahwa *coping strategies* yang paling banyak digunakan oleh siswa SMAN 8 Pekanbaru adalah *dysfunctional coping*. Maka dari itu disarankan untuk tidak menggunakan jenis *coping strategy* tersebut secara terus-menerus. *Dysfunctional coping* termasuk pada *coping* yang maladaptif karena dapat berpengaruh buruk terhadap kesehatan mental siswa.

b. Bagi Pihak Sekolah

Disarankan bagi pihak sekolah untuk lebih memperhatikan lagi penggunaan dari jenis *coping strategies* yang digunakan oleh siswa. Sistem dukungan siswa seperti sesi konseling dapat diatur lebih baik untuk mengatasi masalah seperti penggunaan strategi *coping* yang maladaptif sehingga siswa dapat diarahkan untuk menggunakan strategi *coping* yang lebih adaptif.

