

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data maka dapat diberikan simpulan yaitu ada hubungan antara berpikir positif dengan perilaku mengatasi masalah (*coping behavior*) pada mahasiswa baru. Tingkat keeratan berpikir positif dengan perilaku mengatasi masalah (*coping behavior*) adalah lemah dengan arah hubungan positif. Semakin baik cara berpikir seseorang akan meningkatkan perilaku mereka dalam mengatasi masalah (*coping behavior*).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, ada beberapa hal yang dapat dipertimbangkan sebagai saran, yaitu sebagai berikut :

1. Bagi Mahasiswa baru

Seperti yang tertera dalam hasil penelitian di atas, maka diharapkan agar mahasiswa baru (khususnya) mulai belajar membiasakan diri untuk berpikir positif dalam menghadapi masalah baik yang bersifat akademis maupun non akademis.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti-peneliti lain yang berminat mengembangkan dan melanjutkan penelitian ini, ada beberapa hal yang perlu mendapat pertimbangan, diantaranya :

- Menggunakan subyek penelitian pada tingkat stres yang lebih tinggi pada situasi tertentu, sehingga perilaku mengatasi masalahnya benar-benar dapat diamati secara jelas.
- Melakukan tinjauan dan kajian yang lebih luas berdasarkan teori-teori lain yang membahas tentang berpikir positif dan perilaku mengatasi masalah (*coping behavior*) dan variabel-variabel yang terkait misalnya dari subyek penelitian yang sudah bekerja dan belum bekerja.
- Keakuratan hasil penelitian sangat dipengaruhi oleh kesahihan alat ukur, sehingga disarankan dalam menyusun instrumen agar mengikuti kaidah-kaidah pembuatan instrumen.