

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini dibahas mengenai simpulan yang diperoleh dari hasil penelitian, serta saran-saran yang sekiranya bermanfaat bagi peneliti selanjutnya.

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisa data penelitian, dapat dilihat bahwa “tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dengan *coping stress*” baik terhadap *problem focused coping* maupun terhadap *emotion focused coping*. Sesuai dengan hipotesis yang diajukan maka “ $H_0$ ” diterima yang menyatakan “tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kematangan emosi dengan jenis coping stres”. Sedangkan “ $H_a$ ” ditolak yang menyatakan “terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kematangan emosi dengan jenis coping stres”.

Hasil perhitungan juga menunjukkan  $r_1 = 0,118$ ,  $r_2 = 0,208$ ,  $p_1 = 0,118$ ,  $p_2 = 0,083$ ,  $p > 0,05$ . karena taraf signifikan  $p$  lebih besar dari 0,05 maka hipotesis ditolak. Sehingga korelasi tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang nyata dan signifikan antara kematangan emosi dan *coping stres* baik terhadap *problem focus coping* maupun *emotion focus coping*.

## B. Saran-saran

Beberapa saran yang dapat diberikan sehubungan dengan penelitian ini meliputi saran-saran yang bersifat ilmiah dan saran-saran yang bersifat praktis baik bagi Fakultas maupun peneliti selanjutnya yang mengangkat tentang variabel penelitian ini :

### 1. Bagi Fakultas

Dari hasil penelitian ini saran yang bisa diberikan adalah :

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan pada psikologi kepribadian, psikologi klinis, dan psikoterapi dalam memahami dan mengembangkan teori tentang hubungan kematangan emosi dengan *coping stres*.
- b. Menjadi sarana belajar mengenai gambaran bagaimana individu atau seseorang dalam menghadapi stres dengan menggunakan coping dalam menghadapi masalah atau stres.
- c. Dengan adanya penelitian ini bisa digunakan bagi dosen untuk mengetahui bagaimana mahasiswa menggunakan coping ketika menghadapi masalah, serta faktor apa saja yang mempengaruhi mahasiswa itu menggunakan *coping*.

2. Bagi peneliti selanjutnya
  - a. Berkaitan dengan kepentingan metodologis maka jika ada peneliti yang menggunakan variabel yang sama pada penelitian ini, sebaiknya lebih memperhatikan dan menambah variabel atau aspek-aspek lain yang kemungkinan ada hubungan dalam melakukan *coping stres*. peneliti selanjutnya juga bisa menambah data-data dengan melakukan observasi dan wawancara untuk mendukung data yang diperoleh dengan alat ukur yang lain.
  - b. Selain itu disarankan pada peneliti selanjutnya agar menggunakan populasi yang lebih besar dan lebih heterogen dalam karakteristik sampel atau subyeknya sehingga hasil yang diperoleh bisa lebih bagus dan dapat digunakan untuk menggambarkan kondisi lingkup masyarakat yang lebih luas tidak terbatas hanya pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.