

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Menurut dari hasil penelitian yang dilaksanakan pada mahasiswa psikologi di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi mengenai hubungan optimisme dengan *problem focused coping* (PFC) pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi, dapat ditarik kesimpulan antara lain :

1. Menurut hasil uji korelasi *pearson's correlation* antara variabel optimisme dengan variabel *problem focused coping* (PFC) didapatkan nilai signifikansi  $r = 0,707$  dan nilai  $p = <0,001$  ( $p\text{-value} <0,05$ ) hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan dengan kategori tinggi dan arah hubungannya positif yang artinya, semakin tinggi optimisme maka akan semakin tinggi pula *problem focused coping* (PFC) pada mahasiswa psikologi di FKIK Universitas Jambi begitu pula sebaliknya, semakin rendah optimisme maka semakin rendah *problem focused coping* (PFC) pada mahasiswa psikologi di FKIK Universitas Jambi.
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran optimisme pada mahasiswa psikologi di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi pada tahun 2023 dari 83 responden mahasiswa terdapat 6 mahasiswa atau sebanyak 7% mempunyai optimisme yang sangat rendah, lalu sebanyak 20 atau 24% mahasiswa mempunyai perilaku optimisme yang rendah, 31 mahasiswa atau sebanyak 37% mempunyai optimisme yang sedang, 21 mahasiswa memiliki optimisme yang tinggi serta sebanyak 6% atau 5 mahasiswa memiliki optimisme sangat tinggi.
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *problem focused coping* (PFC) pada mahasiswa psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi pada tahun 2023 dari 83 responden mahasiswa terdapat 5 mahasiswa atau sebanyak 6% mempunyai *problem focused*

*coping* (PFC) yang sangat rendah, lalu sebanyak 21 mahasiswa mempunyai *problem focused coping* (PFC) yang rendah, 32 mahasiswa mempunyai *problem focused coping* (PFC) yang sedang, 19 mahasiswa memiliki *problem focused coping* yang tinggi serta sebanyak 7% atau 6 mahasiswa memiliki *problem focused coping* (PFC) sangat tinggi.

## 5.2 Saran

Menurut dari hasil penelitian, analisis data dan kesimpulan diatas maka peneliti mengajukan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi Perguruan Tinggi

Hasil penelitian menunjukkan optimisme dan *problem focused coping* (PFC) mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi cenderung sedang, diharapkan bagi pihak fakultas dapat membuat program khusus bagi mahasiswa untuk meningkatkan optimisme dan memaksimalkan keterampilan akademik dalam penyelesaian tugas akhir serta strategi pemecahan masalah pada mahasiswa untuk meminimalisir stress akademik selama mahasiswa mengerjakan skripsi pada mahasiswa akhir.

2. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa optimisme berhubungan dengan *problem focused coping* (PFC) pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi sehingga mahasiswa diharapkan dapat melatih pemikiran positif dan menghadapi tantangan dengan keyakinan yang dapat membantu meningkatkan strategi pemecahan masalah secara langsung dalam menghadapi proses mengerjakan skripsi, serta mencari dan memanfaatkan dukungan dari sahabat, teman, keluarga, dan dosen untuk mengatasi hambatan yang mungkin dihadapi selama mengerjakan skripsi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih terbatas karena hanya meneliti variabel optimisme dan *problem focused coping* (PFC) pada mahasiswa. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dengan meneliti dengan tema yang sama dengan demikian masih ada variabel lain yang mungkin ditemukan pada penelitian ini. Sehingga untuk penelitian selanjutnya dapat menambahkan jenis strategi coping lainnya sehingga hasilnya akan lebih komprehensif. Serta menggunakan variabel yang lebih beragam agar mempermudah penggalian data dalam penelitiannya.

