

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai gambaran mekanisme coping mahasiswa selama penyusunan skripsi pada program studi sarjana keperawatan di Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Mekanisme coping yang berfokus pada masalah (*problem-focused*), yaitu *Confrontive coping* pada mahasiswa selama penyusunan skripsi berada pada kategori adaptif sebanyak 30 orang (55.6%). Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa menyelesaikan skripsinya dengan usaha sendiri meskipun menemukan kesulitan-kesulitan selama menyelesaikan skripsi tersebut.
2. Mekanisme coping yang berfokus pada masalah (*problem-focused*), yaitu *Seeking social support* pada mahasiswa selama penyusunan skripsi berada kategori adaptif sebanyak 34 orang (63.0%). Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa meminta nasihat kepada keluarga, teman, atau orang yang dihormati dan mahasiswa juga mencari referensi dan informasi yang dapat membantu mengatasi kesulitan yang dihadapinya selama proses penyusunan skripsi.
3. Mekanisme coping yang berfokus pada masalah (*problem-focused*), yaitu *Planful problem solving* pada mahasiswa selama penyusunan skripsi berada kategori adaptif sebanyak 35 orang (64.8%). Hal ini dapat terjadi karena

mahasiswa berusaha mencari jalan keluar untuk mengatasi kesulitan yang dialaminya dalam menyusun skripsi dengan membuat rencana-rencana dan melaksanakan rencana tersebut.

4. Mekanisme koping yang berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*), yaitu *Self controlling* pada mahasiswa selama penyusunan skripsi berada kategori adaptif sebanyak 28 orang (51.9%). Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa menceritakan kesulitan yang dihadapinya kepada orang-orang terekat tentang kesulitan yang dialaminya dalam menyusun skripsi
5. Mekanisme koping yang berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*), yaitu *Distancing* pada mahasiswa selama penyusunan skripsi berada kategori adaptif sebanyak 35 orang (64.8%). Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa berusaha untuk melupakan kesulitan yang sedang dihadapinya.
6. Mekanisme koping yang berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*), yaitu *Positive reappraisal* pada mahasiswa selama penyusunan skripsi berada kategori adaptif sebanyak 34 orang (63.0%). Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa mahasiswa berpikir positif terhadap kesulitan yang dialaminya dan menganggap kesulitan tersebut sebagai salah satu pengalaman yang berharga untuk membanhgun prbadi saya agar lebih baik.
7. mekanisme koping yang berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*), yaitu *accepting responsibility* pada mahasiswa selama penyusunan skripsi berada kategori adaptif sebanyak 32 orang (59.3%). Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa mau untuk bertanggung jawab dan mengoreksi diri terhadap kesulita yang ditimbulkannya selama proses penyusunan skripsi.

8. mekanisme koping yang berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*), yaitu *Escape-avoidance* pada mahasiswa selama penyusunan skripsi berada kategori adaptif sebanyak 35 orang (64.8%). Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa melakukan kegiatan-kegiatan seperti melakukan hobi, belanja, berolahraga, rekreasi untuk membuat perasaan mereka lebih dalam menghadapi masalah yang dialaminya.

B. Saran

1. Bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya
Sebaiknya para dosen agar dapat membantu mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dengan memikirkan dukungan seperti bimbingan dan motivasi dengan sebaik mungkin, sehingga mahasiswa dapat terbantu untuk menyelesaikan skripsinya dengan baik dan tepat waktu.
2. Bagi Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan
Mahasiswa sebaiknya tidak menghindar atau melarikan diri dari masalah yang dihadapi ketika sedang menyusun skripsi, karena dengan menghindar dan melarikan diri, masalah tidak akan selesai dengan sendirinya jadi sebaiknya untuk menghadapi dan mengatasi masalah tersebut
3. Bagi peneliti selanjutnya
Sebaiknya dilakukan penelitian serupa dengan menggunakan variabel lain dan metode analitik untuk meneliti faktor yang berhubungan dengan mekanisme koping