

BAB 6

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan:

1. *Problem focused coping* dan *emotion focused coping* berhubungan secara sangat signifikan dengan *subjective well-being* pada mahasiswa ($R_{x_1x_2y} = 0,639$ dan $p = 0,000$ dan nilai $F = 23,117$ dan $p = 0,000$).
2. *Problem focused coping* berhubungan positif secara sangat signifikan dengan *subjective well-being* pada mahasiswa. Semakin baik PFC maka semakin tinggi *subjective well-being* pada mahasiswa, dan sebaliknya ($r_{x_1y} = 0,458$ dan $p = 0,000$).
3. *Emotion focused coping* berhubungan positif secara sangat signifikan dengan *subjective well-being* pada mahasiswa. Semakin baik EFC maka semakin tinggi *subjective well-being* pada mahasiswa, dan sebaliknya ($r_{x_2y} = 0,542$ dan $p = 0,000$).
4. Besarnya pengaruh *problem focused coping* dan *emotion focused coping* terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa sebesar 63,9%. *Emotion focused coping* ($r_{x_2y} = 0,542$) memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa dibandingkan *problem focused coping* ($r_{x_1y} = 0,458$).

6.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Remaja

Mengembangkan ketrampilan mengelola emosi sehingga strategi EFC semakin aktif dan efektif. Begitu pula dengan PFC.

2. Peneliti Lain

Melibatkan variabel lain untuk penelitian sejenis di masa mendatang, seperti relasi sosial, kebudayaan, dan kondisi sosial ekonomi masyarakat. Selain itu, menggunakan kelompok usia untuk kategori remaja secara lebih luas.

