

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data menunjukkan ada hubungan negatif antara kepribadian *hardiness* dengan stres menghadapi ujian skripsi dengan mengendalikan dukungan sosial. Semakin tinggi kepribadian *hardiness* maka semakin rendah stres menghadapi ujian skripsi sebaliknya semakin rendah kepribadian *hardiness* maka semakin tinggi stresnya. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima.

Selain itu sumbangan efektif variabel kepribadian *hardiness* sebesar 25,514 Hal ini menunjukkan kepribadian *hardiness* dapat membantu seseorang mengurangi pengaruh potensi negatif dari stres.

Korelasi antara dukungan sosial dengan stres menghadapi ujian skripsi tidak signifikan. Dukungan sosial tidak mempengaruhi stres menghadapi ujian skripsi, karena keberhasilan atau kegagalan dalam ujian skripsi lebih dipengaruhi oleh pribadi mahasiswa yaitu kematangan belajar, kesiapan materi ujian, kemampuan mempresentasikan dan mempertahankan materi skripsi serta kesiapan mental mahasiswa di depan dewan penguji skripsi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh maka dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Mengingat pentingnya kepribadian *hardiness* diharapkan mahasiswa bersedia lebih meningkatkan kepribadian ini karena diyakini dapat membantu mengurangi dari pengaruh negatif stres dengan cara mempelajari dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.
2. Bagi peneliti lain yang akan mengadakan penelitian tentang stres diharapkan memperhatikan faktor-faktor lainnya seperti, inteligensi, pendidikan, suku, jenis kelamin, status ekonomi, *strategy coping*, dan karakteristik kepribadian lainnya.

