

## BAB VII

### PENUTUP

#### 7.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian “Hubungan antara Tingkat Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Jenis Mekanisme Koping Terhadap Stres pada Remaja di SMAN 8 Malang” ini adalah sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar remaja kelas XI di SMAN 8 Malang memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi (49,4%). Dukungan kelompok (88,1%) dan dukungan instrumental (87,63%) memiliki pengaruh yang lebih dominan dibandingkan dengan dukungan emosional, dukungan penghargaan dan dukungan informasi dalam menentukan tinggi rendahnya tingkat dukungan sosial yang diperoleh siswa.
2. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar remaja kelas XI di SMAN 8 Malang memiliki mekanisme koping yang maladaptif (54,3%) bukan karena mereka selalu melakukan hal-hal yang termasuk dalam mekanisme koping maladaptif, tetapi karena mereka jarang melakukan hal-hal yang termasuk dalam mekanisme koping adaptif.
3. Pada selang kepercayaan 95% didapatkan hubungan yang signifikan antara tingkat dukungan sosial teman sebaya dengan jenis mekanisme koping terhadap stres pada remaja dan koefisien korelasi antara tingkat dukungan sosial teman sebaya dengan jenis mekanisme koping terhadap stres pada remaja di SMAN 8 Malang adalah 0,445. Koefisien korelasi yang bernilai positif menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh

maka akan semakin adaptif mekanisme koping yang dimiliki dengan kekuatan hubungan yang sedang.

## 7.2 Saran

Berdasarkan hasil pengujian yang telah dilakukan dari penelitian ini dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan (bermakna) antara tingkat dukungan sosial teman sebaya dengan jenis mekanisme koping terhadap stres pada remaja di SMAN 8 Malang. Sehingga diberikan beberapa saran yang dapat menjadi bahan pertimbangan dan masukan, sebagai berikut:

### 1. Bagi Institusi Pendidikan

- a. Melakukan skrining mengenai jenis mekanisme koping yang digunakan siswa untuk merencanakan kegiatan di sekolah untuk mengembangkan mekanisme koping siswa agar menjadi lebih adaptif dengan melibatkan peran dari teman sebayanya.
- b. Memberikan edukasi pada siswa mengenai pentingnya peran teman sebaya dalam memberikan dukungan sosial dalam membentuk mekanisme koping yang adaptif untuk menunjang prestasi belajar siswa.

### 2. Bagi Orang Tua

Menjadi role model bagi anak dengan memberikan teladan, memberikan rasa aman dan percaya pada anak, meningkatkan kedekatan dan keharmonisan hubungan dengan anak, memberikan penghargaan positif, dukungan emosi dan mengekspresikannya dengan tepat akan membantu meningkatkan mekanisme koping anak.

### 3. Bagi Peneliti Berikutnya

- a. Mengendalikan sumber koping lain sehingga tidak mempengaruhi hasil penelitian dan didapatkan hasil yang pasti mengenai korelasi antara tingkat dukungan sosial teman sebaya dengan jenis mekanisme koping terhadap stres pada remaja.
- b. Menggunakan desain *longitudinal study* untuk mengetahui kondisi responden dari waktu ke waktu dan metode kualitatif untuk mengeksplorasi bentuk perasaan responden.
- c. Menggunakan instrument penelitian untuk mengukur mekanisme koping yang reliabel.

