Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan dalam penelitian ini, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan negatif antara strategi koping dengan kecemasan pada mahasiswa tahun pertama di UIN Suska Riau. Semakin efektif strategi koping maka semakin rendah tingkat kecemasannya. Sebaliknya, semakin tidak efektif strategi koping maka semakin tinggi tingkat kecemasannya.
2. Terdapat hubungan negatif antara *approach coping* dengan kecemasan pada mahasiswa tahun pertama di UIN SUSKA Riau. Semakin efektif *approach coping* maka semakin rendah tingkat kecemasannya. Sebaliknya, semakin tidak efektif *approach coping* maka semakin tinggi tingkat kecemasannya.
3. Terdapat hubungan negatif antara *avoidant coping* dengan kecemasan pada mahasiswa tahun pertama di UIN SUSKA Riau. Semakin efektif *avoidance coping* maka semakin rendah kecemasannya. Sebaliknya, semakin tidak efektif *avoidance coping* maka semakin tinggi tingkat kecemasannya.
4. Terdapat hubungan negatif antara *social support coping* dengan kecemasan pada mahasiswa tahun pertama di UIN SUSKA Riau. Semakin efektif *social support*

coping maka semakin rendah kecemasannya. Sebaliknya, semakin tidak efektif *social support coping* maka semakin tinggi tingkat kecemasannya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, berikut beberapa saran dari peneliti yang diharapkan dapat menjadi masukan untuk kedepannya:

1. Mahasiswa tahun pertama

   Penelitian ini menemukan bahwa semakin efektif strategi koping yang digunakan individu maka semakin rendah kecemasan, begitu sebaliknya. Dianjurkan mahasiswa tahun pertama untuk dapat menggunakan strategi koping yang efektif agar dapat mengurangi tingkat kecemasannya. Strategi koping yang efektif apabila koping yang digunakan sesuai dengan permasalahan yang sedang dihadapi. Mahasiswa tahun pertama yang menghadapi masalah yang membutuhkan penyelesaian yang cepat, maka sebaiknya menggunakan strategi *approach coping.* Mahasiswa tahun pertama yang sedang mengalami masalah-masalah yang dapat menimbulkan stres, sehingga perlu waktu untuk meredakan stres, maka sebaiknya mahasiswa tersebut menggunakan strategi *avoidance coping.* Strategi *social support coping* sebaiknya digunakan oleh mahasiswa tahun pertama ketika mereka sedang mengalami permasalahan-permasalahan yang membutuhkan dukungan-dukungan dari orang-orang terdekat, seperti keluarga dan teman.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk lebih memperhatikan variabel-variabel lain yang diperkirakan memiliki hubungan dan pengaruh yang kuat terhadap kecemasan selain strategi koping yang sesuai dengan teori yang sudah ada. Serta dapat juga melakukan penelitian kualitatif sehingga didapatkan banyak informasi serta lebih memahami mengenai kecemasan serta strategi koping yang digunakan oleh subjek.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.