

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara trait *conscientiousness* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa akhir UIN Imam Bonjol Padang, dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat trait *conscientiousness* pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang berada pada kategori tinggi dengan uraian pada kategori tinggi yaitu : 65,45 % (197 subjek dari 301 orang), dikategori sedang yaitu : 34,55 % (104 subjek dari 301 orang) dan kategori rendah yaitu 0%. Artinya mahasiswa akhir UIN Imam Bonjol Padang memiliki trait *conscientiousness* yang tinggi.
2. Tingkat *problem focused coping* pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang berada pada kategori tinggi dengan uraian pada kategori tinggi yaitu : 66,11 % (199 subjek dari 301 orang), dikategori sedang yaitu : 33,89 % (102 subjek dari 301 orang) dan kategori rendah yaitu 0%. Artinya mahasiswa akhir UIN Imam Bonjol Padang memiliki *problem focused coping* yang baik.
3. Hasil uji korelasi antara trait *conscientiousness* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa akhir menggunakan analisis korelasi product moment dari pearson menunjukan hasil 0,713 dan signifikansi sebesar 0,000. Artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara trait *conscientiousness* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa akhir

UIN Imam Bonjol Padang. Jadi semakin tinggi trait *conscientiousness* pada mahasiswa maka semakin baik *problem focused coping*.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi mahasiswa yang akhir yang sedang menyusun skripsi disarankan untuk lebih meningkatkan aspek trait *conscientiousness* dalam diri, seperti membuat jadwal pengerjaan skripsi yang terperinci, menetapkan target realistis, dan mematuhi *deadline* yang sudah ditentukan. Disiplin dalam mengikuti rencana akan sangat membantu mengurangi potensi stres. Selain itu mahasiswa dapat memanfaatkan fasilitas dan sumber daya yang disediakan universitas, seperti layanan bimbingan dan konseling untuk mengelola stres, serta perpustakaan atau pusat riset untuk dukungan akademik.
2. Bagi Universitas dapat memperkuat peran dosen pembimbing sebagai mentor yang tidak hanya memberikan arahan substansi skripsi, tetapi juga motivasi dan dukungan dalam menghadapi kesulitan. Selain itu, layanan konseling psikologis perlu dioptimalkan untuk membantu mahasiswa yang mengalami kesulitan emosional atau stres berlebihan selama proses skripsi. Universitas juga dapat mengembangkan program atau *workshop* yang secara spesifik dirancang untuk meningkatkan keterampilan non-akademik mahasiswa, seperti manajemen waktu, penetapan tujuan (*goal setting*), resiliensi, dan strategi koping yang efektif

3. Bagi peneliti selanjutnya, mengingat penelitian ini bersifat korelasional, peneliti selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan desain penelitian longitudinal atau eksperimental untuk menguji hubungan kausal antara trait *conscientiousness* dan *problem focused coping*. Melakukan penelitian pada populasi mahasiswa yang lebih beragam (misalnya, dari berbagai universitas, program studi dengan tingkat kesulitan berbeda, atau jenjang pendidikan lain) untuk meningkatkan generalisasi temuan.



DAFTAR PUSTAKA

- Ahadiyanto, N. (2020). Hubungan Dimensi Kepribadian The Big Five Personality dengan Tingkat Kesejahteraan Psikologis Narapidana: (Di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas II A Malang). *Al-Hikmah*, 18(1), 105-116.
- Azizah, A., Karim, D., & Dewi, Y. I. (2023). Hubungan The Big Five Personality dengan Mekanisme Koping Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir. *mental*, 1(2).
- Ambarita, R. V. N. (2022). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Coping Stress pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi di Universitas Hkbp Nommensen Medan.
- Andriyani, J. (2019). Strategi coping stres dalam mengatasi problema psikologis. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 37-55.
- Asih, G. Y., Psi, S., & Si, M. Prof. Hardani Widhiastuti, MM, Psikolog Rusmalia Dewi, S. Psi, M. Si, Psikolog, 2018. Stres kerja.
- Aziz, R. M. (2020). Kepribadian Islam dalam Siklus Ekonomi Terdampak Covid19. *ENTITA: Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial dan Ilmu-Ilmu Sosial*, 2(2), 289-303
- Azwar, S. (2012). Penyusunan skala psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). Metode Penelitian Psikologi (Edisi II). Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Azwar, S. (2022). Penyusunan Skala Psikologi. pustaka pelajar.
- Burro, R., Vicentini, G., & Raccanello, D. (2023). Big Five personality traits and coping strategies of Italian university students during the COVID-19 pandemic first wave. *Frontiers in Psychology*, 14, 1150674.
- Darwati, Y. (2022). Coping Stress Dalam Perspektif Al Qur'an. *Spiritualita*, 6(1), 1-16.
- De la Fuente, J., Paoloni, P., Kauffman, D., Yilmaz Soylu, M., Sander, P., & Zapata, L. (2020). Big five, self-regulation, and coping strategies as predictors of achievement emotions in undergraduate students. *International journal of environmental research and public health*, 17(10), 3602.
- Fatmayanti, N., Sukiatni, D. S., & Kusumandari, R. (2022). Tingkat Stres pada Mahasiswa: Berbedakah antara Mahasiswa dengan Kepribadian Introvert dan Ekstrovert. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(3), 232-239
- Fitria, I., & Asmara, A. S. (2024). Psikoedukasi Manajemen Stres Pada ibu Rumah Tangga. *Abdima Jurnal Pengabdian Mahasiswa*, 3(1), 2771-2776.
- Faiq, R. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa fakultas Kedokteran Universitas Lampung
- Fariz, A., Fitriana, L. A., & Puspita, A. P. W. (2025). Strategi Coping Mahasiswa Semester Akhir dalam Menghadapi Stres Akademik: Studi Kasus di Universitas Pendidikan Indonesia. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 11(01), 34-42.
- Ganiadi, F. L., Margianto, B. J., & Kristanti, M. (2021). Pengaruh big five personality traits terhadap niat untuk menginap di Green Hotel di Indonesia. *Jurnal Manajemen Perhotelan*, 7(1), 10-19.

- Haris, M., & Auliya, H. (2019). Urgensi Pendidikan Agama dalam Keluarga dan Implikasinya Terhadap Pembentukan Kepribadian Anak. *Masile*, 1(1), 46-64.
- Kaiseler, M., Polman, R. C., & Nicholls, A. R. (2012). Effects of the Big Five personality dimensions on appraisal coping, and coping effectiveness in sport. *European Journal of Sport Science*, 12(1), 62-72.
- Kiswantom, H., & Theofanny, T. (2021). Kontribusi trait kepribadian terhadap kepuasan hidup mahasiswa. *Inquiry: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(01), 20-37.
- Lestari, H. S., & Damayanti, A. K. (2024). Psikologi Kepribadian (Jilid 1). Penerbit NEM
- Lestari, R. F. (2021). Strategi Coping pada Mahasiswa ditinjau dari Big Five Personality. *Acta Psychologia*, 3(1), 29-37
- Leszko, M., Iwański, R., & Jarzębińska, A. (2020). The relationship between personality traits and coping styles among first-time and recurrent prisoners in Poland. *Frontiers in psychology*, 10, 2969.
- Maisuun, N. N. F., & Darmawanti, I. (2023). Gambaran Strategi coping pada pengangguran perempuan dewasa awal. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(2), 80-102.
- Meléndez, J. C., Satorres, E., & Delhom, I. (2020). Personality and coping. What traits predict adaptive strategies?. *Anales de psicología*, 36(1), 39.
- Mustafa, S. M. S., Hamzah, L. M., & Alias, N. F. (2023). Stress Coping Strategies among University Students in Malaysia. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 12(3).
- Nisa', I, K. (2022) Hubungan antara Tipe Kepribadian Big Five dengan Coping Stress pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Undergraduate (S1) thesis, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Otero-López, J. M., Santiago, M. J., & Castro, M. C. (2021). Big five personality traits, coping strategies and compulsive buying in Spanish university students. *International journal of environmental research and public health*, 18(2), 821.
- Pambudhi, Y. A., Abas, M., Marhan, C., & Fajriah, L. (2022). Strategi Coping Stress Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Amal Pendidikan*, 3(2), 110-122.
- Pitaloka, L. C. T., & Mamahit, H. C. (2021). Problem-Focused Coping pada Mahasiswa Aktif Fakultas Pendidikan dan Bahasa Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya Jakarta. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 6(2), 41-49.
- Priyatno, D. (2014). SPSS 22 Pengolah Data Terpraktis. Andi Offset
- Raharjo, S. T. (2022). Mahasiswa yang bekerja: problem focused coping dengan academic burnout. *Jurnal Sudut Pandang*, 2(12), 175-192.
- Rahmalia, P., Kardinah, N., & Kurniadewi, E. (2019). Tipe kepribadian conscientiousness dan self-regulated learning mahasiswa dalam menghafal Alquran Juz 30. *Jurnal psikologi islam*, 6(2), 63-78.
- Ramadhani, L., Kurniawati, M., & Rahayu, S. P. (2020). Pengaruh Kualitas Website Dan Dimensi Kepribadian Big Five Terhadap Pembelian Impuls Online Dengan Promosi Penjualan Sebagai Variabel Moderasi “Studi Pada Shopee”. *Jurnal Manajemen Dan Bisnis Indonesia*, 6(2), 120-132.

- Rismelina, D. (2020). Pengaruh Strategi Koping dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi pada Mahasiswi Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 195-201.
- Rohman, F. (2023). Komitmen Organisasi (Analisis Faktor Trait Kepribadian, Iklim Organisasi Dan Kepuasan Kerja).
- Sawitri, A. R., & Wideasavitri, P. N. (2021). Strategi coping mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi COVID. *Jurnal Psikologi Udayana*, 8(1), 78-85
- Syahputra, M. I., & Tetteng, B. (2023). Hubungan antara kepribadian conscientiousness dan perilaku cyberloafing pada karyawan [Relationship between personality conscientiousness and cyberloafing behavior in employees]. *Jurnal Ilmiah*, Vol. 3(4)
- Shihab, M. Q. (2002). Tafsir al-misbah. Jakarta: lentera hati, 2, 52-54.
- Simanullang, T. (2021). Pengaruh Tipe Kepribadian The Big Five Model Personality terhadap Kinerja Aparatur Sipil Negara (Kajian studi literatur manajemen Keuangan). *Jurnal manajemen pendidikan dan ilmu sosial*, 2(2), 747-753.
- Sitohang, P. M. (2022). Gambaran Coping Stress pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Universitas HKBP Nonmensen Medan
- Sugiyono, (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Suryana, A., & Afrina, A. (2022). Pengaruh Pendidikan Aqidah Akhlak Terhadap Kepribadian Siswa di Madrasah Ibtidaiyah Mathlail Khoir Bojong Gede Kabupaten Bogor. *EduInovasi: Journal of Basic Educational Studies*, 2(2), 133-151.
- Soraya, F. (2020). Pengaruh penyesuaian diri, prokrastinasi akademik, dukungan sosial, dan faktor demografi terhadap stres akademik pada mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta (Bachelor's thesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).