

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswi Program Profesi (Ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita di Universitas “X” Bandung, dapat disimpulkan bahwa:

- Sebagian besar mahasiswi Program Profesi (Ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita di Universitas “X” Bandung menggunakan kedua bentuk *coping stress* secara seimbang. Jenis *coping* yang paling sering digunakan adalah *planfull problem solving* dan *positive reappraisal*.
- Faktor-faktor yang mempengaruhi penggunaan *coping stress* pada mahasiswi Program Profesi (Ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita di Universitas “X” Bandung antara lain kesehatan, keterampilan memecahkan masalah, keyakinan diri yang positif, keterampilan sosial yang adekuat, dukungan sosial, dan sumber-sumber material.

5.2 Saran

Dari hasil penelitian tersebut, peneliti mengajukan saran yang diharapkan dapat berguna, yaitu sebagai berikut:

5.2.1 Saran Teoritis

- Disarankan untuk melakukan penelitian korelasional antara *coping stress* dengan faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan penggunaan *coping stress*, sehingga dapat diketahui pula efektifitas penggunaan bentuk *coping stress*.
- Disarankan bagi peneliti yang akan melakukan penelitian mengenai *coping stress* untuk meneliti pula mengenai derajat stres, sehingga dapat diketahui bagaimana hubungan antara derajat stres dengan penggunaan jenis *coping stress*.

5.2.3. Saran Praktis

- Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan kepada staf Dekan dan pengajar di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas "X" untuk mempertahankan fasilitas sarana dan prasarana penunjang pendidikan bagi para ko-ass yang sudah baik. Fasilitas yang memadai tersebut dapat membatu para ko-ass untuk menjalankan tugas dan pendidikannya dengan baik.
- Kepada mahasiswi program profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita di Universitas "X" diharapkan mempertahankan penggunaan *coping stress* secara seimbang, dan juga memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi penggunaan *coping stress*. Faktor tersebut antara

lain adalah memiliki keyakinan diri yang positif, keterampilan sosial yang adekuat, menjaga kondisi kesehatan, menerima dukungan sosial dan sumber-sumber material. Dengan demikian diharapkan mahasiswi ko-ass dapat menjalani kedua perannya, yaitu sebagai ko-ass dan juga ibu yang memiliki anak balita dengan baik.