

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dihasilkan simpulan sebagai berikut:

- 1) *Trait extraversion* memiliki hubungan dengan stres akulturasi. Artinya pada responden yang tengah melanjutkan studi di Jerman, semakin menunjukkan sifat-sifat aktif, dan senang bekerja sama di lingkungan barunya akan semakin mengurangi stres akulturasi yang dirasakannya.
- 2) *Trait neuroticism* memiliki hubungan dengan stres akulturasi. Artinya responden yang memiliki sifat-sifat pencemas, rentan mengalami tekanan dalam menghadapi budaya baru, dan temperamental akan mengalami stres akulturasi yang rendah karena dapat didukung oleh faktor lain.
- 3) *Trait openness to experience* memiliki hubungan dengan stres akulturasi. Dalam hal ini, responden yang memiliki sifat-sifat rasa ingin tahu dan menyukai segala sesuatu yang berbeda atau baru bila dibandingkan dengan pengalaman sebelumnya di tempat asal, menunjukkan stres akulturasi yang rendah.
- 4) *Trait agreeableness* memiliki hubungan dengan stres akulturasi. Responden dengan sifat-sifat murah hati, baik hati dan sejenisnya akan bersikap menerima dan mengurangi stres akulturasi yang dirasakannya dalam proses beradaptasi dengan lingkungan barunya di Jerman.

- 5) *Trait conscientiousness* memiliki hubungan dengan stres akulturasi. Responden yang menampilkan sifat-sifat senang bekerja keras dan menjalani keseharian dengan keteraturan/ disiplin memperlihatkan stres akulturasi yang rendah.



5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoretis

Penelitian sejenis dapat menindaklanjuti temuan penelitian ini dengan menjangkau data sosiodemografis responden sehingga dapat diketahui gambaran yang sesungguhnya tentang faktor-faktor yang dapat meminimalisir stres akulturasi pada pelajar yang melakukan studi lanjut di Jerman. Selain itu, dapat dilakukan intervensi kepada pelajar Indonesia di Jerman guna membantu untuk dapat melakukan *coping mechanism* pada saat mengalami stres akulturasi.

5.2.2 Saran Praktis

Berdasarkan data tinggi rendahnya, diketahui bahwa 55 % upaya yang dilakukan untuk menurunkan stres akulturasi pelajar Indonesia di Jerman dengan mengeksplor lebih lanjut mengenai persiapan untuk tinggal di Jerman dengan cara bertanya kepada teman yang sudah berada di Jerman, melihat video atau pengalaman orang lain yang menempuh pendidikan di Jerman.

