

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap anggota Dalmas Polwiltabes di kota “X”, dapat disimpulkan bahwa:

- Sebagian besar anggota Dalmas Polwiltabes di kota “X”, yaitu sebesar 52.3% menggunakan kedua bentuk strategi penanggulangan stres secara seimbang. Jenis strategi yang paling sering digunakan adalah *planfull problem solving* dan *self control*.
- Sebanyak 40.9% anggota Dalmas Polwiltabes di kota “X” menggunakan strategi penanggulangan stres yang cenderung berpusat pada masalah. Jenis strategi yang paling sering digunakan adalah *planfull problem solving*.
- Sebanyak 6.8% anggota Dalmas Polwiltabes di kota “X” menggunakan strategi penanggulangan stres yang cenderung berpusat pada emosi. Jenis strategi yang paling sering digunakan adalah *self control* dan *accepting responsibility*.
- Faktor-faktor strategi penanggulangan stres yang berkaitan dengan penggunaan strategi penanggulangan stres pada anggota Dalmas Polwiltabes di kota “X” adalah kondisi kesehatan, keterampilan sosial dan dukungan sosial.

5.2 Saran

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

5.2.1 Saran Bagi Penelitian Lanjutan

- Pada penelitian ini faktor-faktor yang diukur merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan penggunaan strategi penanggulangan stres. Sebaiknya pada penelitian lanjutan faktor-faktor yang diukur lebih difokuskan pada faktor-faktor yang mempengaruhi pemilihan strategi penanggulangan stres.
- Penelitian selanjutnya dapat difokuskan pada penelitian mengenai kecerdasan emosional pada anggota Dalmas, hal ini sesuai dengan fakta yang diperoleh saat penelitian.
- Pada penelitian selanjutnya, disarankan penataan bahasa pada kuesioner lebih diperhatikan agar indikator dapat terukur dengan tepat.
- Pada penelitian selanjutnya, disarankan pilihan item pada kuesioner menggunakan pilihan “Sangat Sering”, “Sering”, “Jarang”, dan “Sangat Jarang”. Hal ini ditujukan agar responden tidak kaku dalam memilih jawaban.
- Disarankan untuk meneliti anggota Dalmas pada wilayah lain yang memiliki karakteristik yang berbeda dengan kota “X” sehingga diperoleh gambaran yang lebih bervariasi dari penelitian sebelumnya.

- Disarankan untuk meneliti mengenai efektifitas penggunaan bentuk strategi penanggulangan stres sehingga diperoleh gambaran lebih mendalam mengenai strategi penanggulangan pada anggota Dalmas.

5.2.2 Saran Bagi Kegunaan Praktis

- Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan kepala Samapta Polwiltabes di kota “X” dapat lebih sering memberikan motivasi maupun *reinforcement* positif berupa pujian kepada para anggota Dalmas Polwiltabes “X” yang sebagian besar telah menggunakan strategi penanggulangan stres secara seimbang dan cenderung berpusat pada masalah agar dapat tetap mempertahankan strategi penanggulangan stres yang digunakan ketika menjalankan tugas sebagai anggota Dalmas.