

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang telah dilakukan menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara Optimisme dengan *Adversity Quotient* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi yang Menyusun Skripsi di Masa Pandemi Covid-19 dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,778\*\* dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Sehingga hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima dan hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak. Hubungan positif menunjukkan bahwa semakin tinggi optimisme pada mahasiswa maka semakin tinggi juga *adversity quotient* pada mahasiswa fakultas psikologi yang menyusun skripsi.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti, maka peneliti bermaksud memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara yang sedang menyusun skripsi diharapkan untuk meningkatkan optimisme dengan mengikuti webinar ataupun pelatihan tentang berpikir positif. Selain itu mahasiswa juga dapat mencari dukungan positif baik dari keluarga maupun teman dekat untuk meningkatkan optimisme agar mahasiswa lebih mampu dalam menghadapi dan mengatasi setiap kesulitan dan hambatan selama proses pengerjaan skripsi di masa pandemi covid-19.
2. Bagi Dosen Pembimbing diharapkan untuk membangun situasi yang memunculkan sikap optimis pada diri mahasiswa. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan arahan-arahan serta penghargaan di setiap kemajuan dalam proses penyelesaian skripsi meskipun hanya bersifat verbal.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambahkan variabel lain yang berpengaruh terhadap kemampuan *adversity quotient*

mahasiswa yang tidak dibahas dalam penelitian ini. Peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian yang lebih luas dan tidak terbatas pada satu populasi saja serta menyempurnakan instrumen agar penelitian lebih valid dan reliabel.

