

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah disampaikan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa resiliensi mahasiswa jurusan psikologi angkatan 2008-2011 UPI berada dalam kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan, bahwa secara umum mahasiswa jurusan psikologi angkatan 2008-2011 UPI memiliki kecenderungan yang tergolong sedang untuk dapat beradaptasi, bertahan, dan bangkit kembali dari tekanan (masalah) dalam kehidupannya meskipun tidak dalam kurun waktu yang cepat.

B. Saran

Dengan adanya hasil yang diperoleh dalam penelitian, maka berikut ini akan disampaikan beberapa saran yang dapat dipertimbangkan guna pengembangan penelitian yang berhubungan dengan resiliensi, yaitu :

1. Untuk masyarakat luas, khususnya remaja (mahasiswa), salah satu upaya untuk dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis individu adalah dengan meningkatkan faktor-faktor resiliensi yang ada dalam diri.
2. Untuk peneliti selanjutnya, adalah :
 - a. Meneliti dengan menambahkan jumlah responden.
 - b. Meneliti dengan lokasi penelitian yang berbeda.

- c. Meneliti dengan menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan resiliensi.
- d. Meneliti perbedaan resiliensi ditinjau dari jenis kelamin, dan demografis.
- e. Meneliti dengan bidang yang berbeda, seperti bidang industri, sosial, klinis, pendidikan.
- f. Meneliti tentang strategi untuk meningkatkan resiliensi pada individu.

