

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Beberapa poin yang dapat dijadikan kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. *Coping* stres siswa-siswi SMA Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang terbagi menjadi dua yakni *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Dimana *problem-focused coping* pada kategori tinggi sebesar 56,2% dan kategori rendah 43,8%, sedangkan *emotion-focused coping* pada kategori tinggi sebesar 45,7% dan kategori rendah sebesar 54,3%.
2. Tingkat kecerdasan spiritual (SQ) siswa-siswi SMA Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang berikut persentasenya terbagi menjadi dua, yaitu kategori tinggi sebesar 47,6%, dan kategori rendah sebesar 52,4%.
3. Analisis hubungan antara kecerdasan spiritual (SQ) dengan *coping* stres terdapat dua hubungan, yaitu yang pertama diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan spiritual (SQ) dengan *problem-focused coping* dengan  $r_{xy} = 0,414$  dan  $p = 0,000$ , dan yang kedua diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan spiritual (SQ) dengan *emotion-focused coping* dengan  $r_{xy} = 0,035$  dan  $p = 0,723$ .

## **B. Saran**

1. Bagi penelitian lain untuk mempertimbangkan beberapa kelemahan dalam penelitian ini agar dijadikan perhatian, yakni beberapa kelemahan antara lain dalam keterbatasan kemampuan peneliti dalam menyampaikan serta keterbatasan kemampuan dalam menciptakan instrument yang memiliki validitas dan reliabilitas yang lebih handal.
2. Bagi penelitian lain yang mengkaji variabel terikat yang sama untuk mempertimbangkan faktor lain selain kecerdasan spiritual (SQ) sebagai variabel bebas yang mungkin berpengaruh terhadap pemilihan *coping* stres. Sebagaimana diungkapkan Pergament, terdapat faktor-faktor selain yang mempengaruhi pemilihan *coping*, yaitu faktor materi, fisik, psikologis, dan sosial.
3. Bagi para guru terutama guru BK disarankan untuk memotivasi para siswa-siswi guna meningkatkan kecerdasan spiritual (SQ) yang dimiliki dan memberikan pembekalan mengenai pemilihan *coping* stres yang efektif dalam menyelesaikan permasalahan.