BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian yang dilakukan diatas menggunakan responden sebanyak 120 orang, dengan jumlah 18 orang responden laki-laki dan 102 orang responden perempuan yang bertempat di wilayah Kota Banjarmasin. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini menyatakan bahwa didapatkan pengaruh yang signifikan antara strstegi *emotional focused coping* dengan kebahagiaan penonton serial drama sehingga hipotesis alternatif yang diajukan oleh peneliti dapat diterima. selain itu kekuatan pengaruh yang diberikan oleh variabel *emotional focused coping* terhadap variabel kebahagiaan adalah sebesar 40,8%, yang artinya kedua variabel ini memiliki pengaruh yang cukup kuat sedangkan sebesar 59,2% hal yang mempengaruhi kebahagiaan lainnya, dipengaruhi oleh adanya faktor lain contohnya seperti penghasilan, usia, agama, budaya dan lainnya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian diatas, maka peneliti menyadari adanya kekekrungan dalam penelitian ini. adapapun saran yang diberikan peneliti yaitu, sebagai berikut:

1. Teoritis:

Peneliti berharap penelitian ini dapat dikembangkan lebih dalam lagi, agar dapat menjadi acuan yang lebih baik lagi untuk penelitian dengan variabel

yang serupa, serta dapat memberikan kontribusi yang lebih besar lagi terhadap penelitian pada bidang keilmuan Psikologi terutama pada bidang Psikologi Klinis dan Psikologi Positif.

2. Praktis:

Penelitian ini dapat menjadi acuan bagi penelitian berikutnya yang ingin melakukan penelitian dalam keilmuan psikologi terutama dalam untuk variabel *emotional focused coping* dan juga variabel kebahagiaan.