

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan deskripsi dan analisis penelitian yang telah dipaparkan di atas, maka penulis menarik kesimpulan yaitu subjek dalam penelitian ini mempraktikkan dua gaya manajemen konflik yaitu gaya kolaborasi dan mengakomodasi. Manajemen konflik merupakan salah satu upaya yang efektif dalam penguatan *mental health* seseorang. Konflik yang dialami oleh subjek menyebabkannya mengalami gejala gangguan mental. Namun dengan praktik dua gaya manajemen konflik membuat gejala gangguan mental yang dialami subjek tidak berlanjut pada penyakit mental tetapi justru membuat subjek mampu untuk mewujudkan indikator mental yang sehat yaitu terhindar dari penyakit mental, aktualisasi diri, mampu beradaptasi dan mampu menciptakan kebahagiaan sendiri.

B. Saran

1. Bagi subjek

Berdasarkan hasil penelitian, penulis mengharapkan agar subjek dapat mempertahankan dan mengembangkan gaya manajemen konflik yang telah diterapkan. Dengan demikian, hal tersebut akan menjadi contoh bagi orang disekitar subjek sebagai wujud penguatan kesehatan mental.

2. Bagi Mahasiswa Kepemimpinan Kristen

Penulis mengharapkan agar mahasiswa program studi Kepemimpinan Kristen mampu untuk mengimplementasikan praktik dari teori manajemen konflik karena konflik merupakan suatu hal yang akan dialami oleh semua orang.