

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan peneliti mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat stres pada warga binaan di Rutan Kelas IIB Makale, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap tingkat stres warga binaan. Hal ini dapat dilihat dari uji parsial (t) dengan nilai $t_{hitung} 5,505 > t_{tabel} 0,05$, yang artinya bahwa variabel X berpengaruh secara signifikan terhadap variabel Y. Hasil penelitian ini berpengaruh secara positif yang menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi terhadap kondisi psikologis warga binaan dalam menghadapi stres. Semakin baik dukungan sosial yang dirasakan oleh warga binaan, maka semakin baik pula kemampuan mereka dalam menghadapi tekanan dan menyesuaikan diri dengan lingkungan rutan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan serta kesimpulan yang diperoleh, maka peneliti memberikan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak-pihak terkait maupun bagi peneliti selanjutnya, sebagai berikut:

1. Pihak Rutan Kelas IIB Makale diharapkan dapat meningkatkan perhatian terhadap kondisi psikologis warga binaan dengan menciptakan lingkungan yang lebih mendukung secara sosial dan emosional. Petugas Rutan juga diharapkan dapat memberikan dukungan, motivasi, serta membangun komunikasi yang lebih baik dengan warga binaan agar mereka merasa diperhatikan dan dihargai selama menjalani masa pembinaan.
2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang berkaitan dengan stres, seperti penerimaan diri, resiliensi, atau kesehatan mental. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode penelitian yang berbeda agar memperoleh hasil yang lebih mendalam dan luas.