

## BAB VI

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Setelah peneliti menjabarkan pembahasan dari hasil penelitian tentang Pengaruh Komunikasi Interpersonal dan Suasana Hati Terhadap Manajemen Konflik Pada Mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2019 di IAIN Kediri, dapat ditarik kesimpulan, antara lain :

1. Berdasarkan hasil uji regresi linier berganda, didapatkan bahwa sumbangan pengaruh antara komunikasi interpersonal dan suasana hati (*mood*) terhadap manajemen konflik sebesar 0,592 atau 59,2%, sementara 40,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Kemudian, nilai F hitung lebih besar dari F tabel serta nilai signifikansi sebesar 0,000, lebih kecil dari 0,05. Karena ( $85,567 > 3,07$ ) dan  $0,000 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima sementara  $H_0$  ditolak. Sehingga terdapat pengaruh yang signifikan antara komunikasi interpersonal (X1) dan suasana hati (*mood*) (X2) terhadap manajemen konflik (Y) pada Mahasiswa Psikologi Islam angkatan 2019 di IAIN Kediri.
2. Berdasarkan uji regresi linier berganda pada tabel (*Coefficient*) yang menunjukkan besarnya nilai pengaruh kedua prediktor (variabel bebas) terhadap variabel terikat yaitu; komunikasi interpersonal sebesar 0,158 dan suasana hati sebesar 0,651. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel bebas yang lebih besar mempengaruhi manajemen

konflik adalah suasana hati dengan nilai *standardized coefficients beta* sebesar 0,651.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2019 Di IAIN Kediri**

Hasil penelitian ini memberikan referensi bagi Mahasiswa IAIN Kediri, khususnya Mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2019 di IAIN Kediri dalam upayanya untuk manajemen konflik. Konflik interpersonal dapat diminimalisir dengan cara meningkatkan sebuah hubungan interpersonal, dimana hubungan interpersonal dapat terbina dengan baik apabila mahasiswa dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal, seperti lebih sering menunjukkan senyuman kepada lawan bicara, menjadi penengah ketika teman sedang berkonflik, menjadi pendengar yang aktif, memposisikan diri dalam sudut pandang orang lain, dan lain sebagainya. Selain itu, menjaga suasana hati untuk tetap dalam kondisi baik juga diperlukan dalam manajemen konflik. Suasana hati dapat dijaga dengan cara sering berolahraga, mendengarkan musik, berinteraksi dengan orang lain, durasi tidur yang cukup, memberikan hadiah kepada diri sendiri ketika telah berusaha, dan yang paling penting adalah bersyukur. Apabila teman-teman mahasiswa dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal dan menjaga kondisi suasana hati dengan baik, maka kemampuan manajemen konflik teman-teman mahasiswa juga akan ikut meningkat.

## **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti selanjutnya dengan topik serupa, yakni manajemen konflik, disarankan untuk mempertimbangkan variabel independen lainnya di luar komunikasi interpersonal dan suasana hati, misalnya kecerdasan emosional, regulasi emosi, *psychological resilience*, motivasi, dan lain sebagainya.

## **3. Bagi Instansi (Program Studi Psikologi Islam)**

Dalam upaya untuk menghindarkan mahasiswa dari dampak negatif konflik, Program Studi Psikologi Islam dapat mengadakan sosialisasi tentang pentingnya penanganan konflik dengan mengadakan seminar yang bertemakan tentang "*pentingnya mengelola konflik dengan manajemen konflik*" atau bertemakan "*menjaga hubungan interpersonal dengan manajemen konflik*". Bisa juga pihak program studi mengadakan monitoring terhadap mahasiswa yang sedang mengalami konflik dan selanjutnya membuka konsultasi secara rutin antara dosen dengan mahasiswa yang mengalami konflik.