BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Terdapat kecenderungan tingkat stres akademik pada mahasiswa semester akhir dengan spesifikasi mahasiswa yang memiliki presentase rendah hanya 4,65%, sedang dengan presentase 32,6%, dan presentase tertinggi dari kategori tingkat stres akademik tinggi yaitu 51,7%.

Penelitian ini dilakukan terhadap 3 dimensi yang berhubungan dengan kecenderungan tingkat stres mahasiswa semester akhir fakultas psikologi dan kesehatan UIN Sunan Ampel Surabaya dengan jumlah responden 43 orang. Kuesioner tingkat stres akademik menggunakan 31 aitem valid yang mewakili tiap indikator.

Kecenderungan tingkat stres akademik mahasiswa semester akhir Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Sunan Ampel Surabaya:

1. Aspek kognitif, rata-rata dari responden sering merasa lalai akan banyak hal (X=3,7).
2. Aspek perilaku, rata-rata dari responden merasa semua pekerjaannya lebih berantakan (X=3,9)
3. Aspek psikologis, rata-rata responden merasa down ketika proposal/skripsi responden banyak membutuhkan revisi (X=3,8).

Berdasarkan hasil analisis uji t dua sampel saling bebas, maka diperoleh hasil t sebesar 7,35>2, maka tidak terdapat perbedaan tingkat stres antara

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

laki-laki dan perempuan. Sedangkan untuk hasil anova manunjukkan signifikansi >0,05, maka tidak terdapat perbedaan tingkat stres antara semester tujuh, sembilan, dan lebih dari sembilan.

B. Saran

1. Perlu melakukan penelitian dengan menggunakan sampel yang lebih banyak, lokasi yang bervariasi, dan diharapkan mengembangkan penelitian ini seperti meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus.
2. Bagi peneliti selanjutnya disarankan perlu melibatkan variabel-variabel yang lain untuk penelitian selanjutnya.
3. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan model penelitian yang lebih variatif untuk penelitian selanjutnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id