

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan prosentase data yang sudah terhitung, maka dapat dinyatakan bahwa untuk prosentase sedang sudah mencapai 69,23 % ini berarti bahwa tingkat stres mahasiswa sudah bisa ditentukan. Disertai dengan gejala yang paling sering muncul yaitu gejala urat tegang, mudah tersinggung, produktifitas menurun, sulit membuat keputusan, dan mendiamkan orang lain.

B. Keterbatasan Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini, penulis memiliki beberapa keterbatasan yaitu:

1. Dalam pembuatan angket stress, terdapat beberapa indikator lain dari aspek stress yang tidak dimasukkan penulis. Yaitu sakit punggung terutama dibagian bawah, mencret-mencret dan radang usus besar, gatal-gatal pada kulit, bisulan, tekanan darah tinggi atau serangan jantung, berubah selera makan, merana hati, melamun yang berlebihan, emosi mengering atau kehabisan daya mental, terlalu peka dan mudah tersinggung, , daya ingat menurun, dan gampang menyerang orang.
2. Dalam melakukan pengambilan data atau penyebaran angket, penulis tidak bisa sepenuhnya mengawasi subyek dikarenakan sebagian

mahasiswa yang penulis teiti menginginkan dikerjakan dirumah. Dan kebanyakan subyek sudah jarang ke kampus.

C. Saran

1. Bagi Mahasiswa

Dengan adanya stres mahasiswa dalam proses mengerjakan skripsi diharapkan mahasiswa lebih mempersiapkan diri dari awal proses pembelajaran dibangku kuliah sehingga tidak mengalami kesulitan atau stres dalam mengerjakan skripsi.

2. Bagi peneliti selanjutnya.

Dikarenakan peneliti yang sekarang tidak mencantukan beberapa indikator dari aspek stres yang sesuai tertera di sub bab keterbatasan penelitian diatas, maka peneliti berharap penelitian selanjutnya bisa menyempurnakan keterbatasan-keterbatasan tersebut.