

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Penelitian ini dilakukan pada 49 mahasiswa tingkat satu Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung. Hasil dari penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar mahasiswa tingkat satu Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung mempunyai tingkat dukungan teman sebaya yang sangat rendah.
2. Sebagian besar mahasiswa tingkat satu Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung mengalami stres sedang.
3. Terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat satu Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

6.2 Saran

Adapun saran yang diberikan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Bagi institusi Universitas Bhakti Kencana Bandung

Dianjurkan kepada institusi kampus harus memperhatikan masalah yang terjadi pada mahasiswa, selalu membimbing, memotivasi mahasiswa agar mahasiswa dapat menyelesaikan kegiatan akademik dengan baik.

Mengoptimalkan pelayanan berupa bimbingan konseling kepada mahasiswa mengingat pentingnya kesehatan psikologis pada mahasiswa.

2. Bagi Program Studi Ners

Dianjurkan kepada pihak program studi Ners untuk mencegah dan meminimalkan stres akademik dengan cara mengadakan kegiatan terapi relaksasi napas dalam. Serta menjadi pertimbangan bagi dosen Pembimbing Akademik (PA) dalam bimbingan konseling yang berperan sebagai bantuan nasehat akademik pada mahasiswa.

3. Bagi Perawat

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan anjuran bagi perawat khususnya dibidang pendidikan untuk memfasilitasi mahasiswa sehingga dapat manajemen stres dengan baik dan membantu meningkatkan pentingnya interaksi antar sesama bagi dukungan teman sebaya yang rendah.

4. Peneliti Selanjutnya

Dianjurkan bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti mengenai dukungan sosial dengan sumber yang lain berhubungan dengan stres akademik. Kemudian meneliti permasalahan lain yang dialami mahasiswa yang memicu terjadinya stres akademik maupun tingkat dukungan teman sebaya yang rendah.