

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik dalam sistem pembelajaran daring akibat pandemi *covid-19* pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung. Adapun simpulan penelitian ini menunjukkan hasil penelitian diantaranya sebagai berikut, yaitu :

1. Gambaran *hardiness* pada mahasiswa S1 keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung yang menjalani sistem pembelajaran daring akibat pandemi *covid-19* yaitu sebagian besar mahasiswa memiliki *hardiness* pada kategori sedang.
2. Gambaran stres akademik pada mahasiswa S1 keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung yang menjalani sistem pembelajaran daring akibat pandemi *covid-19* yaitu sebagian besar mahasiswa mengalami stres akademik pada kategori stres sedang.
3. Analisis hubungan *hardiness* dengan stres akademik dalam sistem pembelajaran daring akibat pandemi *covid-19* pada mahasiswa S1 keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung, didapatkan hasil bahwa adanya hubungan yang cukup kuat antara *hardiness* dengan stres akademik dengan arah korelasi negatif, sehingga semakin tinggi *hardiness* semakin ringan stres akademik dan sebaliknya semakin rendah *hardiness*

semakin berat stres akademik yang dialami mahasiswa S1 keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung yang menjalani sistem pembelajaran daring akibat pandemi *covid-19*.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang didapat, maka peneliti memiliki beberapa saran yang ingin disampaikan diantaranya sebagai berikut, yaitu :

1. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi atau sebagai masukan untuk perkembangan keilmuan keperawatan terutama dalam keperawatan jiwa dan keperawatan manajemen dalam menentukan *evidence based practice* mengenai *hardiness* dan stres akademik pada mahasiswa dalam menjalani sistem pembelajaran daring akibat pandemi *covid-19*.

2. Bagi Program Studi Sarjana Keperawatan

Penelitian ini hendaknya digunakan sebagai bahan informasi terkait dengan penyebab stres akademik dan sebagai bahan referensi kepustakaan Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung. Kemudian hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu kemahasiswaan program studi sarjana keperawatan dalam mengambil tindakan mengenai *hardiness* dan stres akademik diantaranya seperti membuat seminar atau talkshow untuk meningkatkan tantangan saat menjalani pembelajaran daring serta untuk

menghindari atau mengurangi penyebab stres akademik seperti frustrasi, perubahan, fisiologis dan psikologis.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk melakukan penelitian dengan variabel yang sama, diharapkan dapat menggali lebih dalam dan mencermati kembali faktor lainnya yang tidak peneliti lakukan seperti faktor *self efficacy*, optimisme, motivasi berprestasi, prokrastinasi dan dukungan sosial maupun indikator dari stres akademik itu sendiri yaitu konflik, tekanan, *self-imposed*, perilaku dan kognitif.

4. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan dan informasi bagi mahasiswa mengenai faktor yang dapat dihindari agar tidak mengalami stres akademik. Kemudian mahasiswa dapat meningkatkan *hardiness* melalui tiga indikator *hardiness* yaitu komitmen, kontrol dan tantangan agar dapat terhindar dari stres akademik atau meminimalisir tingkat stres akademik yang dialaminya.

5. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau *evidence based* bagi perawat ketika akan melakukan konseling atau edukasi kepada pasien dengan kelompok usia mahasiswa yang mengalami stres akademik.