

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. *Self efficacy* pada 76 Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Tingkat II dan III didapatkan data bahwa setengahnya dari responden memiliki *self efficacy* sedang.
2. Stres akademik pada 76 Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Tingkat II dan III didapatkan data sebagian besar dari responden mengalami stres sedang.
3. Hasil uji korelasi *rank spearman* yaitu didapat bahwa nilai *p-value* sebesar 0,003 dan lebih kecil dari nilai *alpha* 0,05 yang artinya terdapat hubungan antara kedua variabel. Kemudian hasil *correlation coefficient* yaitu sebesar -0,331 artinya H_0 ditolak dan H_a diterima atau dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan lemah antara kedua variabel, arah korelasi pada penelitian ini yaitu arah berlawanan atau dapat dilihat dari hasil *correlation coefficient* yang didapatkan yaitu negatif dimana dapat diartikan bahwa semakin besar nilai variabel independen (*self efficacy*) maka akan semakin kecil nilai variabel dependen (stres akademik).

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat diberikan peneliti yaitu sebagai berikut :

1. Bagi Program Studi Sarjana Keperawatan

Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan pihak Program Studi Sarjana Keperawatan di Universitas Bhakti Kencana Bandung dapat mengaktifkan kebijakan yang ada salah satunya mengadakan program bimbingan dan konseling dengan mahasiswa agar mahasiswa merasa terdukung selama proses perkuliahan, dan untuk lebih mengefektifkan waktunya minimal dilaksanakan dua kali dalam satu semester.

2. Bagi Tenaga Pendidik

Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan tenaga pendidik mampu berperan lebih aktif dalam meningkatkan dan menjaga *self efficacy* mahasiswa dengan cara memperhatikan dan memberikan dukungan keyakinan dan motivasi kepada mahasiswa.

3. Bagi Mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian ini, mahasiswa diharapkan mampu meningkatkan keyakinan dalam menghadapi setiap masalah selama perkuliahan dengan cara memperluas dukungan dari luar, menambah pengalaman seperti mengikuti organisasi baik didalam ataupun di luar kampus, belajar dari pengalaman orang lain didalam bidang yang sama, dan tetap menjaga kondisi fisik dan emosional agar tetap stabil.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat menggunakan variabel lain seperti *hardiness*, optimisme, motivasi berprestasi, prokrastinasi dan dukungan sosial

orangtua yang dinilai dapat mempengaruhi stres akademik pada mahasiswa.