

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan mengenai hubungan tingkat stress akademik dengan strategi koping selama pembelajaran daring pada mahasiswa S1 keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung, didapatkan kesimpulan yaitu:

- a. Hampir seluruhnya mahasiswa mengalami stress sedang selama pembelajaran daring.
- b. Strategi koping yang digunakan mahasiswa yaitu *emotional focused coping* selama pembelajaran daring.
- c. Terdapat hubungan antara tingkat stress akademik dengan strategi koping selama pembelajaran daring pada mahasiswa S1 keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung dengan nilai *p-value* 0.007 ($\alpha < 0.05$).

6.2 Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan, peneliti memberikan saran terkait penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagi Universitas Bhakti Kencana Bandung
 - a. Diharapkan pihak institusi melalui organisasi kemahasiswaan dapat membuat kelompok belajar pada mahasiswa mengenai materi yang akan diujikan sehingga mahasiswa lebih siap untuk mengikuti ujian.

- b. Diharapkan pihak institusi dapat memperhatikan kembali mengenai tugas yang diberikan agar lebih variatif dengan waktu pengumpulan yang berbeda pada setiap dosen.
 - c. Diharapkan pihak institusi dapat memberikan bimbingan atau konseling kepada mahasiswa mengenai cara mengatasi stress akademik dan penggunaan strategi koping.
- 2 Bagi Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung
- Bagi mahasiswa dapat melakukan strategi koping yang positif untuk mengurangi stress seperti beribadah, berdoa, mencari penyelesaian masalah dan lainnya.
- 3 Bagi Pengembang Ilmu Keperawatan
- Penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk cara mengelola stress dengan menggunakan strategi koping *problem focused coping* dan *emotional focused coping*.
- 4 Peneliti Selanjutnya
- Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan teori terbaru sehingga ruang lingkup mengenai stress akademik lebih luas dan bisa meneliti mengenai strategi koping untuk mengatasi stress selain *problem focused coping* dan *emotional focused coping* yang lebih baik digunakan mahasiswa.