

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Hasil penelitian dan pembahasan yang telah di uraikan dapat disimpulkan mengenai hubungan regulasi diri dengan stres akademik pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir di Universitas Bhakti Kencana Bandung Tahun 2018 adalah sebagai berikut:

1. Sebagian besar (73,1%) mahasiswa keperawatan tingkat akhir di Universitas Bhakti Kencana Bandung tahun 2018 memiliki regulasi diri yang tinggi.
2. Hampir seluruhnya (80,6%) mahasiswa keperawatan tingkat akhir di Universitas Bhakti Kencana Bandung tahun 2018 memiliki stress akademi yang rendah.
3. Terdapat hubungan antara regulasi diri dan stress akademik pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Bhakti Kencana Bandung tahun 2018.

6.2 Saran

1. Bagi Mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Bhakti Kencana Bandung termasuk dalam kategori sedang. Disarankan bagi mahasiswa untuk memiliki hobi agar dapat menurunkan stres akademik terutama pada mengatur strategi dalam situasi yang menekan.

2. Untuk Universitas Bhakti Kencana

Berdasarkan penelitian ini terdapat 80,6% mahasiswa mengalami stres akademik sedang, maka dari itu hendaknya pihak kampus dapat mengatur lingkungan belajar yang lebih kondusif, dengan mengatur lingkungan fisik seperti menggunakan AC pada saat pembelajaran di cuaca panas atau melengkapi buku-buku di perpustakaan dan mengatur lingkungan nonfisik sehingga memberikan kenyamanan mahasiswa untuk belajar.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk meneliti selanjutnya melakukan observasi proses pembelajaran mengajar secara langsung di dalam kelas. Karena dalam penelitian ini diketahui bahwa peneliti hanya meneliti tentang skripsi.