

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai faktor-faktor yang memengaruhi stres mahasiswa Keperawatan Universitas Jenderal Soedirman dalam menyelesaikan skripsi pada masa normal baru, dapat diambil kesimpulan bahwa rata-rata usia responden berusia 21 tahun, mayoritas berjenis kelamin perempuan dan berasal dari angkatan 2018, seimbang antara tinggal di rumah kos maupun bersama orang tua. Tingkat stres pada mahasiswa mayoritas berada pada tingkat sedang. Pada analisis bivariat antara karakteristik responden dengan tingkat stres mahasiswa didapatkan hasil bahwa usia dan angkatan memengaruhi stres mahasiswa sedangkan jenis kelamin dan tempat tinggal tidak memengaruhi stres mahasiswa. Mayoritas responden memiliki motivasi, manajemen waktu dan lingkungan sosial yang baik. Manajemen waktu dan lingkungan sosial mahasiswa berpengaruh terhadap stres mahasiswa sedangkan motivasi dan tempat tinggal tidak memengaruhi stres mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di masa normal baru.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan agar lebih dini dalam mempersiapkan dan memahami materi untuk pengerjaan skripsi dan belajar mencari referensi secara daring dengan baik agar tidak kesusahan di saat kondisi normal baru saat ini. Pengelolaan waktu yang baik juga dibutuhkan untuk menghindari stres yang berlebih saat menyelesaikan skripsi seperti menyusun jadwal kegiatan dan skala prioritas hingga tujuan jangka pendek maupun panjang serta membiasakan diri untuk berpikir positif mengenai lingkungan sekitar.

2. Bagi Institusi

Kepada institusi Keperawatan Universitas Jenderal Soedirman disarankan untuk menetapkan timeline untuk mata kuliah skripsi agar mahasiswa dapat lebih baik dalam manajemen waktu dalam menyelesaikan skripsi dan dapat lulus serentak tepat waktu. Selain itu diharapkan bagi komisi skripsi agar dapat memantau progres dan

membantu mengatasi hambatan eksternal mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya dapat meneliti variabel lain yang belum diteliti seperti kondisi fisik, tipe kepribadian dan fasilitas yang dihubungkan dengan tingkat stress mahasiswa.

