

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa usia responden pada rentang usia 16-20 tahun dengan persentase paling banyak yaitu pada usia 18 tahun. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan. Mayoritas responden berasal dari Jawa dan bertempat tinggal di kos atau kontrakan. Tingkat stresor psikososial pada mahasiswa tahun pertama Jurusan Keperawatan Universitas Jenderal Soedirman paling banyak yaitu tingkat stresor tinggi dengan persentase 49,6%. Sedangkan tingkat percaya diri pada mahasiswa paling banyak yaitu pada tingkat sedang dengan persentase 51,1%. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara stresor psikososial dengan tingkat percaya diri mahasiswa tahun pertama dibuktikan dengan $p\text{ value} = 0,000$ ($p\text{ value} < 0,05$) Kemudian nilai koefisien korelasi r sebesar 0,761 yaitu kekuatan hubungannya sangat kuat.

B. Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian ini, terdapat saran untuk beberapa pihak yaitu :

1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan bagi mahasiswa dengan tingkat stresor psikososial rendah untuk dapat menurunkan serta mahasiswa dengan tingkat stres sedang dan tinggi untuk mengatasi stresor menggunakan mekanisme coping yang adaptif supaya dapat beradaptasi dengan stresor.

2. Bagi Institusi

Diharapkan pada institusi pendidikan khususnya pihak akademis jurusan untuk memberikan motivasi dan bimbingan konseling bagi mahasiswa yang membutuhkan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor stresor psikososial seperti faktor internal dan eksternal.