

BAB V Kesimpulan Dan Saran

A. Kesimpulan

1. Mayoritas mahasiswa keperawatan angkatan 2020 berusia 21 tahun (59,7%), berjenis kelamin perempuan (95,2%) dan berstatus tinggal di kos/asrama (21%).
2. Sebagian besar mahasiswa keperawatan angkatan 2020 memiliki dukungan keluarga dalam kategori tinggi (80,6%).
3. Sebagian besar mahasiswa keperawatan angkatan 2020 memiliki mekanisme koping adaptif (79%).
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan mekanisme koping mahasiswa keperawatan Universitas Jenderal Soedirman.

B. Saran

1. Bagi Responden
Diharapkan responden mampu mengenali mekanisme koping yang digunakan guna membantu menghadapi stress dalam masa perkuliahan. Diharapkan juga responden tahu pentingnya memiliki mekanisme koping adaptif dan menerapkan mekanisme koping adaptif yang tepat bagi dirinya seperti memikirkan hal lain yang bisa dilakukan, menenangkan diri sendiri, meminta bantuan kepada orang lain dan mencari informasi mengenai masalah yang sedang dihadapi.
2. Bagi Keluarga
Diharapkan keluarga dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya dukungan keluarga bagi mahasiswa dengan berkomunikasi secara teratur, menanyakan kabar baik kepada mahasiswa yang tinggal jauh atau bersama, dan memberikan dukungan instrumental, seperti bantuan finansial untuk memenuhi kebutuhan hidup mereka. Diharapkan juga keluarga juga mempererat hubungan dengan mahasiswa agar ketika mahasiswa mendapatkan sebuah masalah keluarga dapat membantu memberikan jalan keluar masalah tersebut. Meningkatkan dukungan keluarga dengan cara

merubah kebiasaan yang pada awalnya tidak terbiasa memberikan apresiasi atau pujian pada sesama anggota keluarga menjadi sering memberikan apresiasi atau pujian kepada sesama anggota keluarga.

3. Bagi Institusi

Diharapkan bagi institusi dapat mengontrol lingkungan untuk menunjang keberhasilan mahasiswa dalam menjalani masa perkuliahan secara tuntas dan tepat. Hal ini bisa dilakukan dengan memfasilitasi mahasiswa melalui sesi bimbingan konseling dengan pembimbing akademik/dosen terkait dengan mekanisme coping agar mekanisme coping mahasiswa semakin adaptif sehingga dapat mencegah mahasiswa terjerumus dalam perilaku yang menyimpang.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat memperluas sample tidak hanya mahasiswa keperawatan angkatan tertentu namun dapat dengan mahasiswa jurusan dan angkatan lain. Dan juga diharapkan dapat menambah variabel lain seperti dukungan teman sebaya, tingkat pengetahuan mekanisme coping atau faktor lain yang berpengaruh terhadap dukungan keluarga dan mekanisme coping. Serta diharapkan peneliti selanjutnya lebih banyak membaca dan mencari sumber bacaan mengenai hal yang diteliti agar memperkaya pengetahuan.

5. Bagi Mahasiswa

Diharapkan bagi mahasiswa terutama pada tingkat akhir agar membangun hubungan yang baik dengan teman sebaya, saling mendukung dan membantu apabila merasa kesulitan dalam mengerjakan tugas akhir. Jika diperlukan para mahasiswa dapat membuat *support group* untuk saling membantu, mengingatkan, memberikan semangat dan mendorong hal positif dalam mengerjakan tugas akhir.