

BAB VII

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian “Hubungan Tingkat Stress Akademik dan Strategi Koping yang Digunakan Oleh Mahasiswa Tingkat Ketiga Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya” ini adalah:

1. Tingkat stres akademik pada mahasiswa tingkat ketiga Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya paling banyak mengalami stres tingkat sedang (45%).
2. Strategi koping yang cenderung lebih sering digunakan mahasiswa tingkat ketiga Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya adalah *emotional focused coping* (71%).
3. Ada hubungan antara tingkat stres dengan strategi koping pada mahasiswa tingkat ketiga Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya dengan *p-value* <0.05 (0.009) dengan nilai korelasi (0.317) menggunakan Spearman's rho.

7.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, maka dapat diajukan saran-saran sebagai berikut:

- a. Pihak akademik perlu mengadakan program untuk mengkaji tingkat stress akademik mahasiswa dan mengarahkan mereka agar menggunakan strategi koping yang baik dalam menghadapi stress akademik agar tidak berdampak negatif bagi mahasiswa.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi terhadap system pembelajaran (blok) di kampus sehingga diharapkan untuk kedepannya proses pembelajaran lebih baik, yaitu dengan memperkuat peran penasehat akademik agar lebih memfasilitasi mahasiswa dalam mengungkapkan masalah atau kendala yang dihadapi mahasiswa dalam perkuliahan agar nantinya diharapkan dapat mengurangi tingkat stress pada mahasiswa.
- c. Penelitian diharapkan bisa menjadi lapangan penelitian yang berfokus dalam hal manajemen stress pada mahasiswa dan pada penelitian selanjutnya diharapkan ada aplikasi dengan intervensi menggunakan asuhan keperawatan jiwa untuk mengurangi stress pada mahasiswa.