

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan tujuan khusus penelitian tentang hubungan tingkat harga diri dengan tingkat stres akademik mahasiswa jurusan keperawatan FKUB, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Hasil pengukuran tingkat harga diri mahasiswa jurusan keperawatan FKUB menunjukkan bahwa sebanyak 72 mahasiswa (74%) memiliki tingkat harga diri sedang.
- 2) Hasil pengukuran tingkat stres akademik mahasiswa jurusan keperawatan FKUB menunjukkan bahwa sebanyak 49 mahasiswa (51%) memiliki tingkat stres akademik rendah.
- 3) Berdasarkan uji hipotesis didapatkan korelasi yang signifikan antara tingkat harga diri dan tingkat stres akademik pada mahasiswa jurusan ilmu keperawatan FKUB dengan kekuatan korelasi rendah dan arah korelasi negatif (-) yang dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat harga diri maka tingkat stres akademik mahasiswa akan semakin rendah.

7.2 Saran

Saran yang dapat diberikan oleh peneliti untuk perkembangan penelitian di dunia keperawatan antara lain:

- a. Peneliti mengharapkan bahwa institusi pendidikan dapat membantu peningkatan harga diri guna mengurangi tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa. Hal tersebut dapat dilakukan melalui program-program yang

dapat meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri mahasiswa dalam menempuh pendidikan.

- b. Mahasiswa diharapkan mampu meningkatkan harga diri mereka melalui partisipasi dalam berbagai kegiatan yang positif yang mampu meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri serta mampu menurunkan tingkat stres akademik yang dapat mereka alami.
- c. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan perbandingan mengenai tingkat harga diri dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa dari berbagai angkatan sehingga data yang dihasilkan dapat lebih *representative*. Selain itu juga dapat dibandingkan tingkat harga diri dan tingkat stres akademik mahasiswa dari berbagai jurusan dalam satu fakultas yang dirasa memiliki permasalahan yang sama.

