#### **BAB V**

#### **PENUTUP**

# 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terkait pengaruh perceived social support terhadap stress pada mahasiswa Program Studi Psikologi yang mengerjakan skripsi di Universitas Andalas, dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari perceived social support terhadap stress pada mahasiswa Program Studi Psikologi yang mengerjakan skripsi. Pengaruh negatif dengan koefisien -0,342 (R) dan pengaruh yang diberikan oleh perceived social support terhadap stress pada mahasiswa Program Studi Psikologi yang mengerjakan skripsi di Universitas Andalas adalah sebesar 11,7% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi perceived social support yang dimiliki oleh mahasiswa Program Studi Psikologi yang mengerjakan skripsi di Universitas Andalas, maka akan semakin rendah stress yang dialami dan begitu pula sebaliknya. Secara umum, diketahui stress pada mahasiswa Program Studi KEDJAJAAN Psikologi yang mengerjakan skripsi di Universitas Andalas berada pada kategori sedang. Sedangkan kategori perceived social support pada mahasiswa Program Studi Psikologi yang mengerjakan skripsi di Universitas Andalas berada pada kategori tinggi.

### 5.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai masukan dan pertimbangan yang dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

## **5.2.1 Saran Metodologis**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, maka peneliti mengajukan beberapa saran metodologis yang berguna untuk penelitian selanjutnya, yaitu:

- 1. Penelitian ini memperoleh hasil bahwa pengaruh perceived social support terhadap stress sebesar 11,7% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Oleh sebab itu, diharapkan untuk peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian mengenai stress pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi, dapat mempertimbangkan untuk menggunakan variabel lain yang berkaitan dengan stress seperti karakteristik kepribadian (introvertekstrovert, locus of control), strategi koping, variabel yang ada dalam diri individu.
- 2. Peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat meneliti lebih dalam mengenai stress yang terjadi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, bagaimana gambaran stress pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi perjurusan, apa saja yang menyebabkan tekanan bagi mahasiswa yang mengerjakan skripsi, dan lain-lain.
- Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan sampel dalam skala besar agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara umum sebab

dalam penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa Program Studi Psikologi di Universitas Andalas.

### 5.2.2 Saran Praktis

Peneliti juga memberikan beberapa saran praktis yang berguna bagi pihak yang terkait dalam penelitian ini:

- 1. Bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi diharapkan untuk dapat mempererat hubungan dengan keluarga, teman, ataupun orang terdekat seperti selalu menjalin komunikasi, agar mahasiswa memiliki keyakinan bahwa dukungan sosial akan tersedia baginya ketika dibutuhkan guna menekan tingkat *stress* yang dirasakan akibat pengerjaan skripsi.
- 2. Untuk keluarga mahasiswa terkhusus orang tua, karena berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa *perceived social support* dari keluarga berada pada kategori tinggi dibandingkan sumber lain, maka diharapkan agar tetap mempertahankan dan meningkatkan dukungan seperti dukungan emosional, meluangkan waktu untuk mendengarkan cerita, membantu membuat keputusan, dan lain-lain kepada mahasiswa yang mengerjakan skripsi, agar mereka merasa dihargai dan dicintai oleh keluarga mereka sehingga dapat terhindar dari hal negatif saat mengerjakan skripsi.