

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. *Self efficacy* pada mahasiswa bidikmisi/KIP Kuliah Fakultas Keperawatan Universitas Andalas dalam kategori tinggi. *Self efficacy* yang paling tinggi didapatkan adalah angkatan 2020 dan yang rendah angkatan 2019, aspek *self efficacy* yang paling tinggi adalah aspek *strength* dan yang paling rendah aspek *magnitude*.
2. Stres akademik pada mahasiswa bidikmisi/KIP Kuliah Fakultas Keperawatan Universitas Andalas dalam kategori sedang. Stres akademik paling tinggi adalah angkatan 2019, dimensi stres akademik yang paling tinggi adalah dimensi perilaku dan fisiologis.
3. Terdapat hubungan yang signifikan, keeratan hubungan yang lemah dan arah korelasi negatif antara *self efficacy* dengan stres akademik pada mahasiswa bidikmisi/KIP Kuliah Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah stres akademik, begitu juga sebaliknya semakin rendah *self efficacy* maka stres akademik semakin tinggi.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian, terdapat beberapa hal yang disarankan untuk pengembangan hasil penelitian, sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa Bidikmisi/KIP Kuliah Fakultas Keperawatan Universitas Andalas

Diharapkan dari hasil penelitian ini mahasiswa bidikmisi/KIP Kuliah Fakultas Keperawatan Universitas Andalas selalu meningkatkan *self efficacy* seperti memperbanyak pengalaman, mengamati orang lain, menemukan mentor, dan berlatih mengembangkan keahlian sehingga dapat menurunkan stres akademik yang dialami. Mahasiswa bidikmisi/KIP Kuliah meningkatkan lagi *self efficacy* berdasarkan aspek terutama aspek *magnitude*, dan menurunkan stres akademik terutama dimensi perilaku dan fisiologis.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat menjadi data dasar untuk mengembangkan penelitian selanjutnya terkait *self efficacy* dan stres akademik pada mahasiswa, dan peneliti selanjutnya dapat melanjutkan penelitian ini dalam jangkauan lebih luas dan meneliti faktor-faktor lain seperti *hardiness*, optimisme, motivasi prestasi, prokrastinasi, dukungan sosial dan lain sebagainya yang mempengaruhi dengan metode yang berbeda.

3. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan evaluasi bagi institusi pendidikan. Penelitian ini juga dapat

menjadi acuan informasi untuk menetapkan strategi pencegahan dan penanganan stres akademik pada mahasiswa bidikmisi/KIP Kuliah dan intitusi pendidikan keperawatan juga bisa membantu memotivasi mahasiswa bidikmisi/KIP Kuliah dalam keyakinan diri menghadapi masalah selama diperkuliahan sehingga dapat menurunkan tingkat stres akademik akibat banyaknya tuntutan pada mahasiswa tersebut, institusi pendidikan bisa menyediakan layanan konseling seperti program *Mindfulness-Based Stress Reduction* (MBSR), *Acceptance And Commitment Therapy* (A&CT), dan program konseling lainnya.

