

BAB 6

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian gambaran tingkat stres berdasarkan *stressor* pada mahasiswa kedokteran tahun pertama program studi profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas adalah sebagai berikut:

1. Tingkat stres mahasiswa kedokteran tahun pertama program studi profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas yang terbanyak adalah tingkat stres sedang sebanyak 48,4%.
2. Tingkat stres terkait akademik yang terbanyak adalah tingkat stres berat. Tingkat stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal yang terbanyak adalah tingkat stres berat. Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar yang terbanyak adalah tingkat stres sedang. Tingkat stres terkait hubungan sosial yang terbanyak adalah tingkat stres sedang. Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian yang terbanyak adalah tingkat stres sedang. Tingkat stres terkait aktivitas kelompok yang terbanyak adalah tingkat stres sedang.
3. *Stressor* yang paling menyebabkan stres adalah stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal.
4. Pernyataan yang paling menyebabkan stres adalah pernyataan mendapatkan nilai yang rendah.

6.2 Saran

1. Bagi mahasiswa, diharapkan dapat melakukan manajemen stres dengan baik sehingga stres yang dialami tidak semakin parah dan berujung menjadi penyakit psikiatri seperti depresi.
2. Bagi institusi terkait, diharapkan agar pihak fakultas dapat mengoptimalkan peran dosen pembimbing akademik sebagai orang tua mahasiswa di kampus serta seminar maupun edukasi tentang manajemen stres sehingga dapat mengurangi stres yang dialami mahasiswa.

3. Bagi tim konseling Fakultas Kedokteran Andalas, diharapkan dapat mendeteksi mahasiswa yang memiliki tingkat stres berat serta melakukan konseling rutin dengan mahasiswa tersebut.
4. Bagi BEM Fakultas Kedokteran Universitas Andalas, diharapkan dapat bekerjasama dengan UKM untuk mengadakan training terhadap mahasiswa yang berguna dalam manajemen stres.

