

## BAB 7 PENUTUP

### 7.1 Kesimpulan

Penelitian analisis statistic observasional dengan desain penelitian *cross-sectional* ini memiliki tujuan khusus mengetahui gambaran tingkat stres, fungsi *short term memory*, serta hubungan antara tingkat stres dengan fungsi *short term memory* pada mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran Universitas Andalas menggunakan instrumen *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS-21) untuk tingkat stres dan *Digit Span Test* untuk fungsi *short term memory*.

Berdasarkan data penelitian yang diperoleh, peneliti menyimpulkan bahwa :

1. Mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran Universitas Andalas cenderung mengalami stres.
2. Mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran Universitas Andalas memiliki fungsi *short term memory* yang cenderung baik.
3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan fungsi *short term memory* pada mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran Universitas Andalas.

### 7.2 Saran

Saran dari peneliti dari hasil penelitian ini untuk penelitian selanjutnya dalam menyempurnakan penelitian, sebagai berikut :

1. Peneliti menyarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang bisa memengaruhi fungsi *short term memory*, seperti genetik, kelainan otak, aktivitas fisik, kualitas tidur, konsumsi alkohol, dan gejala traumatis yang bertujuan agar penelitian dapat menggambarkan secara lebih komprehensif mengenai faktor yang memengaruhi hubungan yang diteliti.
2. Perlu dilakukan edukasi mengenai pentingnya menjaga pola stres yang baik pada mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran Universitas Andalas.