BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Adapun kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan *locus of control* internal dengan stres akademik dan hubungan *locus of control* eksternal (*powerful others* dan *chance*) dengan stres akademik pada mahasiswa Program Fast Track Universitas Andalas adalah sebagai berikut:

1. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan *locus of control* internal dengan stres akademik pada mahasiswa Program Fast Track Universitas Andalas.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara *locus of control* eksternal *powerful others* dengan stres akademik pada mahasiswa Program Fast Track Universitas Andalas. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi *locus of control* eksternal *powerful others* mahasiswa maka semakin tinggi tingkat stres akademik yang dialami.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara *locus of control* eksternal *chance* dengan stres akademik pada mahasiswa Program Fast Track Universitas Andalas. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi *locus of control* eksternal *chance* mahasiswa maka semakin tinggi tingkat stres akademik yang dialami.
4. Sebagian besar mahasiswa Program Fast Track Universitas Andalas memiliki tingkat stres akademik yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mereka tidak

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

merasa terlalu tertekan dengan permasalahan akademi dan permasalahan di kampus yang dihadapinya.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut.

5.2.1 Saran Metodelogis

Peneliti menyadari bahwa masih terdapat kekurangan dan keterbatasan dalam penelitian ini, oleh sebab itu peneliti mengajukan beberapa saran metodelogis sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian pada subjek dengan populasi dan sampel yang lebih banyak dan lebih luas sehingga hubungan anatara kedua variabel dapat digeneralisasikan dengan lebih baik.
2. Penelitian ini memiliki kekurangan yaitu penyebaran kuesioner yang dilakukan secara daring dengan menggunakan internet. Hal tersebut membuat peneliti tidak dapat mencegah kekacauan yang mungkin bisa terjadi akibat lingkungan yang tidak terkendali. Contohnya, partisipan penelitian yang mengisi kuesioner penelitian dapat meminta pendapat teman atau orang yang ada di dekatnya.Untuk penelitian ke depannya sebaiknya kuesioner disebarkan secara luring agar dapat mengantisipasi terjadinya hal-hal tersebut.
3. Penelitian ini menggunakan skala penelitian *locus of control* multidimensional sehingga terdapat 3 *locus of control* yaitu *Internality*, *Powerful Others*, dan *Chance*. sebaiknya penelitian dengan variabel ini

menggunakan skala penelitian bidimensional atau unidimensional agar mudah menentukan kategori *locus of control* internal atau eksternal.

4. Penelitian ini menunjukkan variabel *locus of control* eksternal *powerful others* dan *locus of control chance* dengan stres akademik memiliki hubungan yang lemah, sehingga hal ini mengindikasikan adanya faktor-faktor lain yang lebih kuat hubungannya dengan stres akademik. Oleh karena itu, diharapkan peneliti selanjutnya yang tertarik dengan topik stres akademik untuk melakukan penelitian untuk melihat hubungan stres akademik dengan faktor-faktor lain.

5.2.2 Saran Praktis

1. Mahasiswa Program Fast Track Unand

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat stres akademik mayoritas mahasiswa Fast Track berada pada kategori rendah, diharapkan mahasiswa Fast Track untuk melatih kemampuan coping stres, meningkatkan usaha dan kemampuan belajar terkait akademik. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sumber stres akademik yang cenderung dialami ialah stres dari ujian. Maka sebaiknya mahasiswa belajar untuk persiapan ujian jauh-jauh hari sebelum dilaksanakan ujian, sehingga persiapannya matang dan tidak menimbulkan kekhawatiran yang berlebihan.

2. Pihak Kampus

Diharapkan pihak kampus mengadakan program yang bisa mengurangi stres akademik mahasiswa Fast Track dan membangun suasana belajar yang menyenangkan dan komunikatif. Disarankan juga kepada pihak kampus untuk

melakukan program yang dapat mengambangkan *locus of control* internal, sehingga dengan *locus of control* internal dapat meningkatkan usaha mahasiswa dalam mengatasi permasalahan dan stres akademik.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA