

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai gambaran stres akademik pada mahasiswa keperawatan universitas andalas di masa pandemi COVID-19 dengan 234 responden, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Stres akademik mahasiswa keperawatan universitas andalas di masa pandemi COVID-19 cenderung tinggi.
2. Sumber stres akademik mahasiswa keperawatan universitas andalas di masa pandemi COVID-19 diurutkan dari yang tertinggi hingga terendah yaitu pengajar, ujian, diri sendiri, manajemen waktu, teman sekelas, belajar kelompok dan hasil belajar.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Dari hasil penelitian ini diharapkan agar mahasiswa keperawatan menambah pengetahuan dan meningkatkan kemampuan mengelola stres yang dimiliki terutama pada masa pandemi ini sehingga mahasiswa mampu menghadapi masalah-masalah akademik yang dapat menimbulkan stress

2. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan, melihat stres akademik mahasiswa keperawatan yang cenderung tinggi di masa pandemi ini maka diperlukan adanya evaluasi strategi pembelajaran menjadi lebih menarik. Pengajar dapat memodifikasi bentuk tugas yang diberikan sehingga mahasiswa lebih berkreasi dan mudah memahami pembelajaran tersebut. Kemudian disarankan kepada institusi pendidikan untuk memperhatikan juga kondisi kesehatan mental mahasiswa pada masa pandemi ini dengan melakukan kegiatan berupa pemeriksaan secara berkala dan konseling.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan pada peneliti selanjutnya dengan topik yang sama dapat melakukan penelitian desain kualitatif stres akademik mahasiswa keperawatan agar dapat mengetahui lebih spesifik lagi tentang penyebab stres akademik yang dirasakan mahasiswa keperawatan

