

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan strategi koping dengan tingkat stres pembelajaran *online* pada mahasiswa Prodi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Andalas selama COVID-19 di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas yang berjumlah 170 responden, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Lebih dari setengah mahasiswa menggunakan strategi koping *emotion focused of coping* (62,4%).
2. Sebagian besar mahasiswa mengalami stres pembelajaran *online* pada tingkat sedang (90,6%).
3. Ada hubungan yang bermakna antara strategi koping dengan tingkat stres pembelajaran *online* pada mahasiswa Prodi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Andalas selama pandemi COVID-19 di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas ($p\text{ value} = 0,042$).

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Bagi institusi pendidikan keperawatan agar meninjau kembali dan meminimalisir kendala-kendala yang menyebabkan mahasiswa

mengalami stres pembelajaran *online* selama pandemi COVID-19 ini dan membuat konseling agar mengetahui bagaimana kondisi mahasiswa selama pembelajaran *online* dan juga dapat membantu mahasiswa dalam mengatasi masalahnya.

2. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa diharapkan dapat secara aktif mencari penyelesaian dari masalah yang dialami dengan menggunakan strategi koping yang efektif dan sesuai dan juga melakukan konseling sehingga stres yang dialami dapat diatasi dan berkurang.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian mengenai faktor-faktor stres pembelajaran *online* pada mahasiswa dan bagaimana cara untuk mengelola stres dengan strategi koping yang tepat pada mahasiswa.

