

BAB V

PENUTUP

Pada bab ini akan disajikan tentang kesimpulan hasil penelitian dan saran yang perlu ditindak lanjuti dari hasil penelitian ini.

A. Kesimpulan

Berdasarkan tujuan penelitian yang telah dibuat maka dapat ditarik suatu kesimpulan, antara lain

1. Karakteristik sebagian besar umur responden adalah 17-20 tahun sebanyak 213 orang (57,7%) dan berdasarkan jenis kelamin sebagian besar responden adalah perempuan sebanyak 266 orang (72,1%).
2. Berdasarkan analisis variabel tingkat stressor didapatkan sebagian besar berada di tingkat ada stress sebanyak 208 orang (56,4%) dan tidak ada stress sebanyak 161 orang (43,6%).
3. Berdasarkan analisis variabel tingkat kecemasan diperoleh sebagian besar ada kecemasan sebanyak 238 orang (64,5%) dan tidak ada kecemasan sebanyak 131 orang (35,5%).
4. Hasil uji statistic dengan chi square diperoleh nilai $p=0,000$ ($<0,05$) maka dapat disimpulkan ada Hubungan Antara Tingkat Stressor Dengan Tingkat Kecemasan Pada Saat Pembelajaran Daring Di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan mahasiswa dapat beradaptasi dengan metode pembelajaran di era pandemi Covid-19 ini dengan mempersiapkan mental dengan baik, mempersiapkan jaringan internet yang memadai, mampu belajar secara mandiri, dan dapat mengontrol pola stresnya agar tidak menimbulkan kecemasan.

2. Institusi Pendidikan

Sebagai penyelenggara pendidikan hendaknya membuat jadwal dan memberikan tugas yang terukur agar tidak terlalu membebani tugas akademik mahasiswa selama pandemi yang berdampak pada timbulnya stres pada mahasiswa.

3. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya agar menambahkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi stres akademik mahasiswa selama masa pandemi covid-19 seperti lingkungan belajar, jaringan internet yang tidak stabil, tugas kuliah yang menumpuk dan lain-lain.