

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan kecemasan dengan kepuasan hidup pada mahasiswa aktif akademik tahun 2022/2023 di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden pada mahasiswa akademik tahun 2022/2023 sebagian besar berusia 19 tahun, yaitu sebanyak 328 orang (26,4%), sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan hasil sebanyak 782 orang (62,9%), sebagian besar program studi responden yaitu S1 Manajemen sebanyak 278 orang (22,3%), sebagian besar responden semester 1 sebanyak 385 orang (30,9%), sebagian besar responden tinggal di Kost/Asrama sebanyak 603 orang (48,5%), sebagian besar pendidikan terakhir kepala keluarga responden sebagian besar merupakan SMA dengan jumlah 622 orang (50,0%), dengan pekerjaan kepala keluarga responden terbanyak adalah wiraswasta sebanyak 432 orang (34,7%), dan pendapatan kepala keluarga paling dominan adalah Rp 3.000.000 – Rp 4.999.000 berjumlah 676 orang (54,3%).
2. Variabel Independen kecemasan didapatkan hasil yaitu sebagian besar responden memiliki kategori kecemasan sebanyak 653 Mahasiswa atau 52,5% responden. Pada

responden kecemasan ringan sebanyak 309 mahasiswa atau 24,8% responden, pada responden sedang sebanyak 246 mahasiswa atau 19,8% responden, pada responden kecemasan berat sebanyak 36 mahasiswa atau 2,9% responden.

3. Variabel dependen kepuasan hidup didapatkan hasil yaitu sebagian besar kepuasan hidup responden adalah kurang puas sebanyak 334 orang atau 26,8% responden, cukup puas sebanyak 295 orang atau 23,7% responden, tidak puas sebanyak 284 orang atau 22,8%, puas sebanyak 220 orang atau 17,7% responden, sangat puas sebanyak 65 orang atau 5,2% responden, dan sangat tidak puas sebanyak 46 orang atau 3,7% responden.
4. Hasil Uji statistik *Kendall's Tau C* diperoleh nilai signifikansi atau nilai p antara variable kecemasan dengan kepuasan hidup sebesar 0,000 atau kurang dari 0,05 ($<0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variable kecemasan dengan kepuasan hidup. Berdasarkan hasil uji *Kendall's Tau c*, diketahui nilai koefisien korelasi atau nilai τ sebesar -0,89. Nilai negatif (-) yang ditunjukkan pada hasil uji korelasi menandakan bahwa hubungan atau korelasi kedua variabel bersifat tidak searah. Artinya bahwa semakin berat kecemasan yang dialami responden, maka akan semakin rendah kepuasan hidup yang di alami responden. Begitupun sebaliknya, semakin ringan kecemasan yang di alami

responden, maka akan semakin tinggi kepuasan hidup yang dialami responden.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa yang sedang menjalani perkuliahan akademik, diharapkan bisa menyampaikan kendala yang dihadapi saat perkuliahan baik ke orang terdekat atau dosen. agar bisa berdiskusi terkait permasalahan kesehatan mental sehingga tidak menimbulkan rasa cemas, Mahasiswa diharapkan dapat bertukar pikir dengan rekan mahasiswa yang lain agar bisa saling bantu memberikan solusi terhadap permasalahan yang dialami.

2. Bagi Universitas

Bagi universitas diharapkan bisa menyediakan sarana kritik dan saran bagi mahasiswa, agar mahasiswa bisa mengutarakan kendala yang dihadapi selama perkuliahan. Dan juga pada penelitian ini didapatkan hasil terdapat beberapa mahasiswa yang mengalami kecemasan normal, ringan, sedang, maupun berat, oleh sebab itu pihak Universitas menyediakan pelayanan terkait konseling atau konsultasi terhadap masalah kesehatan mental mahasiswa yang ada pada Universitas Mumamadiyah Kalimantan Timur.

3. Bagi Peneliti

Bagi peneliti lain diharapkan bisa memperluas lokasi penelitian, seperti ke universitas-universitas lain. Peneliti lain juga diharapkan dapat meneliti variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup pada mahasiswa. Selain itu, peneliti diharapkan bisa menyebarkan kuesioner secara tatap muka secara langsung dengan responden tanpa melewati media online agar waktu pengumpulan data lebih efisien serta mampu menganalisis dan mengetahui terkait permasalahan permasalahan kesehatan mental yang di alami mahasiswa.