

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Mahasiswa keperawatan angkatan 2020 di Kampus Universitas Widya Nusantara mayoritas memiliki kualitas tidur yang buruk.
2. Mahasiswa keperawatan angkatan 2020 di Kampus Universitas Widya Nusantara mayoritas memiliki prestasi akademik sangat memuaskan.
3. Ada hubungan antara kualitas tidur dengan prestasi akademik mahasiswa keperawatan angkatan 2020 di Kampus Universitas Widya Nusantara.

B. Saran

1. Bagi Ilmu Pengetahuan (Pendidikan)

Peneliti berharap agar hasil penelitian ini dapat menjadi bahan informasi dan referensi bagi peneliti berikutnya dan dapat memperluas penelitian ini dengan memperoleh hasil data yang valid.

2. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai dasar pemahaman pengetahuan dan informasi bagi mahasiswa

3. Bagi Instansi Tempat Meneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan untuk meningkatkan kualitas tidur mahasiswa sehingga dapat memperoleh hasil belajar yang sangat baik sehingga kedepannya menjadi intitusi yang menghasilkan lulusan yang terbaik.