

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan *self efficacy* dan *social support* terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara, maka kesimpulan dari peneliti yaitu sebagai berikut:

1. *Self Efficacy* pada mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara mayoritas berada pada kategori sedang.
2. *Social Support* pada mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara mayoritas berada pada kategori sedang.
3. Stres Akademik pada mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara mayoritas berada pada kategori sedang.
4. Terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara.
5. Terdapat hubungan antara *social support* dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara.

B. Saran

1. Bagi Ilmu Pengetahuan/Pendidikan

Penelitian diharapkan dapat terpublikasi dan menjadi referensi terkait hubungan *self efficacy* dan *social support* terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara.

2. Bagi Mahasiswa

Diharapkan mahasiswa dapat memperkuat *self efficacy* dan *social support* yang dimiliki, baik dengan cara mulai percaya dengan kemampuan diri, mulai berinteraksi dengan keluarga, teman ataupun lingkungan sekitar, bahkan dengan manajemen waktu dengan baik agar stres akademik dapat terkontrol.

3. Bagi Instansi Tempat Meneliti

Diharapkan dapat dijadikan sumber informasi untuk kegiatan penelitian dan sebagai bahan bacaan di perpustakaan guna memperluas ilmu pengetahuan terkait stres akademik, dan dapat menjadi acuan bagi Universitas Widya Nusantara dalam merancang program yang meningkatkan *self efficacy* dan *social support* seperti mentoring, juga layanan konseling yang dapat membantu mahasiswa mengelola stres akademik dengan baik.