

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara stres akademik dengan *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi. Semakin tinggi stres akademik maka semakin tinggi *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi. Sebaliknya semakin rendah stres akademik maka semakin rendah *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan hipotesis dari penelitian ini bahwa terdapat hubungan yang positif antara stres akademik dengan *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi diterima. Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi memiliki tingkat stres akademik dan *cyberslacking* yang sedang.

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa variabel stres akademik memberikan sumbangan efektif sebesar 4,2% terhadap variabel *cyberslacking* dan sisanya 95,8% dipengaruhi faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Selain itu, pada hasil analisis tambahan membuktikan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara *cyberslacking* pada mahasiswa laki-laki dengan mahasiswa perempuan, dan tidak ada perbedaan yang signifikan antara stres akademik pada mahasiswa laki-laki dengan mahasiswa perempuan. Begitu juga pada asal Universitas, tidak ada perbedaan yang signifikan antara *cyberslacking*

pada mahasiswa asal Perguruan Tinggi Swasta (PTS) dengan mahasiswa mahasiswa asal Perguruan Tinggi Negeri (PTN), namun pada variabel stres akademik ada perbedaan yang signifikan antara stres akademik pada mahasiswa asal PTS dengan mahasiswa asal PTN, Mahasiswa asal PTS memiliki stres akademik lebih rendah dibandingkan dengan stres akademik pada mahasiswa asal PTN. Dan untuk uji beda pada asal jurusan/program studi tidak ada perbedaan yang signifikan antara *cyberslacking* pada mahasiswa asal jurusan soshum dengan mahasiswa mahasiswa asal jurusan saintek, dan tidak ada perbedaan yang signifikan antara stres akademik pada mahasiswa asal jurusan soshum dengan mahasiswa asal jurusan saintek.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti menyadari masih ada kekurangan dan ketidaksempurnaan dalam penelitian ini. Kelemahan tersebut antara lain, pada skala stres akademik yang digunakan peneliti terdapat beberapa item yang tidak mengungkapkan stres akademik yang dirasakan subjek penelitian. Berkaitan dengan kekurangan tersebut peneliti mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat berguna dalam proses penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan stres akademik terhadap *cyberslacking*. Adapun saran peneliti sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat membantu individu, khususnya mahasiswa menyadari bahwa perilaku *cyberslacking* dapat memberikan banyak dampak negatif, terutama dalam nilai akademik. Mahasiswa juga perlu mencari pengalihan lain untuk menurunkan stres akademik yang dialami dengan metode lain yang lebih memiliki dampak positif.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan menggunakan alat ukur skala stres akademik yang dapat lebih mengungkapkan stres akademik. Selain itu, dalam penelitian ini diperoleh nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 4,2%, hal ini menunjukkan bahwa terdapat faktor-faktor lain yang memiliki pengaruh dengan variabel *cyberslacking*. Maka bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti mengenai permasalahan yang sejenis, disarankan untuk memilih faktor lain

yang akan lebih memiliki pengaruh dengan variabel *cyberslacking* dan dapat lebih mengembangkan variabel-variabel lain diluar variabel yang telah digunakan dalam penelitian ini sehingga dapat melihat sumbangan masing-masing variabel lain terhadap *cyberslacking*.