

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial orangtua dengan stres akademik pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. Semakin tinggi dukungan sosial orangtua yang diberikan pada mahasiswa maka semakin rendah stress akademik pada mahasiswa. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial orangtua maka akan semakin tinggi stress akademik pada mahasiswa.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka saran yang dapat diberikan oleh peneliti yaitu :

##### **1. Bagi Subjek Penelitian**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya dukungan sosial orangtua mempengaruhi stres akademik pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. Maka dari itu diharapkan agar mahasiswa yang mengalami stres akademik dapat meningkatkan dukungan sosial dari orangtua untuk tetap semangat walau menghadapi permasalahan dalam bidang akademiknya.

##### **2. Bagi peneliti selanjutnya**

Peneliti selanjutnya yang memiliki minat penelitian dengan variabel stres akademik disarankan agar menggali informasi terkait faktor lain yang dapat digunakan selain faktor dukungan sosial orangtua yaitu faktor *self efficacy*,

*hardiness*, *optimisme*, motivasi berprestasi, serta prokrastinasi karena dalam penelitian ini faktor dukungan sosial orangtua hanya memberikan sumbangan efektif sebesar 5,1% terhadap stress akademik dan sisanya 94,9% dipengaruhi oleh faktor lain.

