

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dengan demikian dapat di ambil kesimpulan bahwa terdapat korelasi yang positif antara stress akademik dan dukungan sosial teman sebaya dengan hasil analisi korelasi product moment diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $(R_{xy}) = 0,429$ dengan nilai signifikansi $p = 0,001$ sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini tidak diterima. Dengan hasil, semakin tinggi stress akademik maka semakin tinggi pula dukungan sosial yang akan di terima oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Dukungan sosial tidak selalu bersifat protektif. Dalam konteks tertentu, terutama di kalangan mahasiswa akhir, dukungan sosial dari teman sebaya bisa menjadi beban. Dukungan tersebut bisa menjadi beban psikologis tersendiri bila mahasiswa merasa harus menunjukkan performa akademik yang setara atau lebih tinggi daripada teman-temannya. Jika bentuk dukungan yang diberikan lebih banyak berupa saran tanpa empati, atau perbandingan tanpa solusi, maka alih-alih menenangkan, dukungan itu justru memperparah tekanan mental.

B. Saran

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini belum bisa dikatakan sempurna. Oleh sebab itu, peneliti mengemukakan beberapa saran membangun yang sekiranya dapat

dijadikan pedoman bagi subjek dalam penelitian ini maupun untuk menjadi pertimbangan bagi peneliti selanjutnya yaitu sebagai berikut :

1. Bagi Subjek Penelitian

Untuk mahasiswa yang sedang menyusun skripsi agar senantiasa tetap mempertahankan semangat dan usaha yang telah dimiliki agar dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Tetaplah memberikan dukungan kepada teman dan jika merasa membutuhkan dukungan dari teman, carilah dukungan tersebut agar dapat memberikan pengaruh yang positif.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian ini mengapa dukungan sosial dari teman sebaya justru meningkatkan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dengan mengukur secara rinci setiap aspek yang ada pada dukungan sosial