

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara Dukungan teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Artinya, ada hubungan negatif antara dukungan teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi, sehingga hipotesis diterima. Selain itu, diperoleh bahwa sebagian besar responden penelitian memiliki tingkat stres akademik sedang, yaitu sebanyak 153 partisipan (81,8%), sementara sebagian besar responden memiliki teman sebaya tinggi, yaitu sebanyak 148 partisipan (79,1%).

B. Saran

1. Bagi mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi

Bagi mahasiswa, hasil penelitian ini memberikan pemahaman bahwa bagi subjek yang memiliki stres akademik dalam kategori tinggi dan sedang disarankan untuk lebih membuka diri, membangun relasi teman sebaya untuk mendapatkan dukungan teman sebaya yang tinggi. Mahasiswa diharapkan lebih terbuka untuk berbagi pengalaman, tantangan dan solusi dengan teman sebaya selama proses menyelesaikan skripsi.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya hanya memberikan kontribusi sebesar 4,6% terhadap stres akademik, maka saran bagi peneliti selanjutnya adalah untuk mempertimbangkan variabel lain yang juga berpengaruh signifikan terhadap stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Mengingat bahwa masih terdapat 95,4% variabel lain di luar dukungan teman sebaya yang dapat mempengaruhi tingkat stres akademik, penelitian selanjutnya dapat memperluas cakupan variabel.