

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang tingkat stress dan mekanisme koping mahasiswa keperawatan tingkat I Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tingkat stress mahasiswa keperawatan tingkat I Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dalam kategori stress sedang sebanyak 56 mahasiswa (67,5%).
2. Tingkat stress mahasiswa keperawatan tingkat I Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta berdasarkan jenis kelamin sebagian besar perempuan dan mengalami stress sedang sebanyak 55 mahasiswa (85,9%).
3. Tingkat stress mahasiswa keperawatan tingkat I Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta berdasarkan tempat tinggal sebagian besar bertempat tinggal di kos/kontrakan dan mengalami stress sedang sebanyak 45 mahasiswa, (69,2%).
4. Mekanisme koping mahasiswa keperawatan tingkat I Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta mayoritas menggunakan koping adaptif sebanyak 78 mahasiswa (94,0%).
5. Mekanisme koping mahasiswa keperawatan tingkat I Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta berdasarkan berdasarkan focus, mayoritas berfokus pada masalah sebanyak 59 mahasiswa (71,1%).
6. Karakteristik responden berdasarkan usia rata-rata usia responden yaitu 18.66, jenis kelamin sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 64 mahasiswa , (77,1%), berdasarkan tempat tinggal mayoritas bertempat tinggal di kos/kontrakan sebanyak 65 mahasiswa, (78,3%).

B. Saran

1. Bagi mahasiswa

Diharapkan kepada mahasiswa agar lebih aktif mencari informasi tentang bagaimana mengatasi stress dan memilih mekanisme koping yang tepat.

2. Bagi dosen membimbing akademik

Diharapkan pembimbing akademik lebih intensif dalam membimbing mahasiswa sehingga dapat membantu menyelesaikan masalah mahasiswa.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat meneliti lebih lanjut tentang faktor faktor yang berhubungan dengan mekanisme koping dan tingkat stres.

Perpustakaan
Universitas Jenderal Achmad Yani
Yogyakarta