

BAB 6

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Dari hasil uji hipotesis yang telah diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara stres akademik dengan motivasi belajar dalam pembelajaran *online* pada mahasiswa. Semakin rendah stres akademik yang dialami mahasiswa maka semakin tinggi motivasi belajar dalam pembelajaran *online* pada mahasiswa, begitu juga sebaliknya. Dengan demikian, sumbangan efektif yang diberikan pada stres akademik terhadap motivasi belajar dalam pembelajaran *online* pada mahasiswa yaitu sebesar 30,7%.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Subjek Penelitian

Bagi mahasiswa diharapkan mampu mengembangkan kemampuan dalam manajemen stress melihat bahwa hasil penelitian pada stres akademik dan motivasi belajar dalam pembelajaran *online* berada pada tingkat sedang, sehingga agar tidak terjadinya stres akademik yaitu dengan cara membuat jadwal untuk belajar, tidak menunda-nunda tugas, saat mengalami kesulitan cobalah untuk bercerita dengan teman atau anggota keluarga dan istirahat yang cukup. Hal tersebut dilakukan untuk mengurangi stres akademik sehingga motivasi belajar dapat tetap dipertahankan dan terjaga.

6.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Dalam peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian yang sama diharapkan dapat meneliti tidak hanya satu angkatan saja. Selain itu, peneliti juga

dapat mencari faktor lain seperti faktor internal maupun eksternal yang dapat mempengaruhi motivasi belajar mahasiswa.

