

BAB VI

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka dapat berikan beberapa kesimpulan, sebagai berikut:

1. Gambaran tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Soegijapranata Semarang adalah stres tingkat sedang.
2. Terdapat hubungan antara stresor terkait akademik (ARS), stresor terkait intrapersonal dan interpersonal (IRS), stresor terkait kegiatan belajar mengajar (TLRS), stresor terkait sosial (SRS), stresor terkait dorongan dan keinginan (DRS) dan stresor terkait aktivitas kelompok (GARS) dengan tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
3. Faktor yang memiliki korelasi yang kuat terhadap tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Soegijapranata Semarang adalah stresor terkait akademik (ARS).

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi penyelenggara pendidikan kedokteran perlu memfasilitasi melalui bimbingan konseling atau sejenisnya yang bertujuan untuk dapat mitigasi dan/atau mengurangi tingkat stres yang terjadi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, khususnya terkait dengan akademik baik dari pelajaran, perkuliahan maupun peristiwa yang berkaitan dengan pendidikan mahasiswa selama melaksanakan perkuliahan di Fakultas kedokteran Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Bagi mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Soegijapranata Semarang agar memperbaiki kemampuan manajemen stres yang dimilikinya dari segi akademik seperti mahasiswa/i mencari dukungan

sosial baik dari orang tua, teman maupun dosen, mahasiswa/i harus terbuka dengan masalah-masalah yang dialami yang berkaitan dengan akademik dan maupun mengelola waktu dengan efektif contohnya menyusun agenda harian untuk menuliskan apa saja tugas-tugas yang harus dikerjakan, ujian yang akan dihadapi, atau kegiatan lain seperti ekstrakurikuler dan jadwal les.

