

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Gambaran Dukungan Keluarga Dan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan Pasca Praktik Klinik di Universitas Harkat Negeri Kota Tegal” terhadap 63 responden, dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik responden menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada semester 6 sebanyak 34 responden (54,0%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 54 responden (85,7%), dan berusia 20 tahun sebanyak 32 responden (50,8%).
2. Gambaran dukungan keluarga menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki dukungan keluarga kategori tinggi sebanyak 35 responden (55,6%).
3. Gambaran dukungan keluarga dengan tingkat stres akademik menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan dukungan keluarga kategori tinggi mengalami stres akademik kategori sedang sebanyak 24 responden (38,1%). Selain itu, pada responden dengan dukungan keluarga kategori sedang, mayoritas juga mengalami stres akademik kategori sedang sebanyak 23 responden (36,5%), sedangkan responden dengan dukungan keluarga kategori rendah seluruhnya mengalami stres akademik kategori sedang sebanyak 1 responden (1,6%).

Secara umum, mahasiswa keperawatan pasca praktik klinik di Universitas Harkat Negeri Kota Tegal mayoritas memperoleh dukungan keluarga yang tinggi dan mengalami stres akademik dalam kategori sedang.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan kemampuan dalam mengelola stres akademik dengan menerapkan manajemen waktu yang baik, menjaga keseimbangan antara kegiatan akademik dan istirahat, serta

memanfaatkan dukungan yang diberikan oleh keluarga maupun lingkungan sekitar selama menjalani pendidikan keperawatan.

2. Bagi Keluarga

Keluarga diharapkan dapat terus memberikan dukungan kepada mahasiswa, baik dalam bentuk perhatian, motivasi, dukungan emosional, maupun bantuan lainnya, sehingga mahasiswa merasa lebih nyaman dan mampu menghadapi berbagai tuntutan akademik selama menjalani pendidikan.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan diharapkan dapat memberikan pendampingan, bimbingan, serta edukasi terkait manajemen stres kepada mahasiswa, khususnya setelah menjalani praktik klinik, sehingga mahasiswa dapat mengatasi tekanan akademik yang dialami dengan lebih baik.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan jumlah responden yang lebih banyak serta meneliti faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi stres akademik mahasiswa keperawatan, seperti motivasi belajar, strategi coping, lingkungan akademik, maupun dukungan sosial.