

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan data, pengetahuan deskripsi, analisis dan interpretasi data yang telah dilakukan dan diuraikan pada bab-bab sebelumnya, maka disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Fakultas Ekonomi di Universitas Negeri Jakarta.

Bentuk hubungan negatif antara variabel dukungan sosial dengan stres dalam menyusun skripsi ditunjukkan pada persamaan regresi yang diperoleh dari kedua variabel tersebut, yaitu $\hat{Y} = 122,90 - 0,27x$ dengan demikian, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin rendah tingkat stres dalam menyusun skripsi. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial, maka semakin tinggi tingkat stres dalam menyusun skripsi. Telah diketahui bahwa stres (variabel Y) dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Pendidikan Akuntansi angkatan 2008 Universitas Negeri Jakarta dapat ditentukan oleh dukungan sosial (variabel X), sebesar 5,76% seperti empati, kepedulian, perhatian, penyediaan barang, materi, pemberian nasehat, pengarahan sugesti, pemberian saran atau umpan balik dari orang tua, teman, dan dosen pembimbing mahasiswa, sisanya ditentukan oleh faktor lainnya seperti mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri dari mahasiswa, adanya

hambatan yang ditemui dalam proses penyusunan skripsi dan kurangnya motivasi dari dalam diri mahasiswa untuk menyelesaikan skripsinya.

B. Implikasi

Implikasi dari hasil penelitian ini yaitu semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin rendah tingkat stres dalam menyusun skripsi. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial, maka semakin tinggi tingkat stres dalam menyusun skripsi. Hal ini membuktikan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi stres dalam menyusun skripsi.

Dukungan sosial yang tinggi dapat membuat mahasiswa semakin merasa dicintai, diperhatikan, dan dihargai. Dengan rasa cinta dan perhatian yang diberikan oleh orang di sekitar mahasiswa yang sedang menyusun skripsi akan memberikan perasaan nyaman, aman dan tenteram pada mahasiswa tersebut yang dapat mengurangi stres yang dialaminya.

Sebaliknya, mahasiswa yang kurang diberi dukungan sosial oleh teman, orang tua dan dosen pembimbing akan merasa sendiri, tidak memiliki teman, dan tidak dipedulikan. Dukungan sosial yang rendah akan membuat mahasiswa menjadi lebih tertekan karena ia merasa tidak ada orang yang memberikan ia semangat dan kekuatan untuk dapat menghadapi tekanan yang membuatnya stres dalam proses penyusunan skripsi.

Dosen pembimbing dan penguji berperan sebagai seseorang yang membimbing mahasiswa untuk menyusun skripsinya dengan baik. Dosen pembimbing diharapkan dapat memberikan motivasi kepada mahasiswa dalam

penyusunan skripsinya. Dengan adanya motivasi dari dosen pembimbing, mahasiswa menjadi merasa diperhatikan dan stres yang dialaminya akan berkurang.

Peran orang-orang di sekitar mahasiswa seperti orang tua, teman, dan dosen sangat diharapkan dapat memberikan dukungan sosial secara optimal kepada mahasiswa agar mahasiswa dapat mengurangi stres yang dialami selama proses penyusunan skripsi. Dukungan sosial yang diberikan akan menambah daya tahan terhadap situasi yang menyebabkan stres.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi yang dikemukakan diatas, saran-saran yang kiranya dapat diberikan oleh peneliti adalah:

1. Bagi mahasiswa

Mahasiswa perlu mencari dukungan sosial untuk dirinya untuk mengurangi stres yang dialami pada saat menyusun skripsi. Mahasiswa harus lebih melakukan pendekatan kepada orang-orang di sekitarnya (orang tua, teman dan dosen) untuk mendapatkan dukungan sosial. Mahasiswa harus lebih terbuka dengan orang tua, teman dan dosen mengenai masalah-masalah yang dihadapi selama menyusun skripsi.

2. Bagi dosen

Dosen pembimbing dalam hal ini diharapkan memberikan dukungan sosial untuk mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Dukungan sosial yang diberikan dapat berupa kritik dan saran mengenai skripsi yang

sedang dikerjakan oleh mahasiswa bimbingannya sehingga mahasiswa menjadi lebih terarah dalam menyusun skripsinya. Dosen penguji diharapkan dapat membimbing mahasiswa untuk menyempurnakan skripsi yang telah disusun oleh mahasiswa.

3. Bagi orang tua

Orang tua sebagai orang terdekat dari mahasiswa seharusnya lebih peka terhadap kondisi anaknya. Orang tua seharusnya dapat memberikan dukungan yang lebih kepada anaknya yang sedang menyusun skripsi. Orang tua seharusnya tidak menuntut anaknya untuk segera menyelesaikan skripsi melainkan memberikan semangat atau dukungan untuk anaknya agar dapat menyelesaikan skripsinya dengan baik. Dukungan sosial dari orang tua memberi pengaruh yang besar bagi stres anaknya yang sedang menyusun skripsi.

4. Bagi Universitas

Universitas sebagai institusi pendidikan hendaknya dapat memberikan dukungan kepada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dengan tidak merumitkan prosedur pendaftaran skripsi. Sehingga stres yang dialami mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dapat berkurang.

5. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini hanya meneliti dua variabel saja yaitu variabel dukungan sosial dengan variabel stres dalam menyusun skripsi. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya dukungan sosial bukanlah satu-satunya variabel yang mempengaruhi stres dalam menyusun skripsi.

Dengan demikian sebaiknya untuk penelitian selanjutnya juga memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi stres dalam menyusun skripsi seperti hambatan yang ditemui dalam proses penyusunan skripsi, kurangnya motivasi, dan adanya tekanan dari orang tua. Selain itu disarankan pula untuk mengambil sampel dan populasi yang lebih luas lagi.