

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pemaparan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat stres mahasiswa Psikologi Islam angkatan 2019 dalam menyusun skripsi berada dalam kategori **sedang** sebanyak 73 dengan persentase 51%. Adapun aspek yang paling dominan dari aspek-aspek lainnya yaitu aspek emosional dengan nilai mean sebesar 70.52.
2. Kesiapan mahasiswa Psikologi Islam angkatan 2019 dalam menyusun skripsi berada dalam kategori **tinggi** sebanyak 86 dengan persentase 60%. Adapun aspek yang paling dominan dari aspek lainnya yaitu aspek fisik, mental dan emosional dengan nilai mean sebesar 103.38
3. Hasil *pearson correlation* dari tingkat stres dan kesiapan mahasiswa dalam menyusun skripsi menunjukkan -0,343 terdapat pada interval 0,20 – 0,39 yang berarti bahwa kolerasi antar keduanya rendah. Serta terdapat hubungan yang negatif. Berdasarkan hasil kolerasi didapatkan hasil nilai sig. (2-tailed) stres dengan kesiapan adalah 0,000. Adapun dasar keputusan bahwa nilai signifikansi $< 0,05$ maka kedua variabel signifikan. Artinya $0,000 < 0,05$ maka hubungan stres dan kesiapan mahasiswa dalam menyusun skripsi tersebut signifikan. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, analisis data, dan kesimpulan maka peneliti mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi peneliti

Proses penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti untuk mendapat pengalaman yang lebih luas dan mampu untuk mengidentifikasi mengenai fenomena tingkat stres dan kesiapan mahasiswa dalam menyusun skripsi.

2. Bagi mahasiswa

Bagi mahasiswa IAIN Kediri khususnya prodi Psikologi Islam diharapkan agar selalu bersemangat untuk menambah wawasan keilmuan dan dapat mengatasi stresnya dengan berbagai cara salah misalnya dengan selalu selalu berfikir positif, istirahat yang cukup dan membaca referensi dari berbagai buku, dengan begitu mahasiswa mampu siap dalam mengerjakan skripsi dengan baik.

3. Bagi Lembaga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak Institusi mengenai tingkat stres yang jika tidak ditangani dengan baik akan berdampak pada kesehatan fisik, psikologisnya dan berdampak pada kesiapan mahasiswa dalam menyusun skripsi.

4. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti yang akan datang diharapkan untuk dapat menggali dan meneliti kembali terkait tema tingkat stres dengan

variabel independen yang lain seperti motivasi, dengan menggunakan metode yang lain dengan sampel yang berbeda tentunya.