

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan *hardiness* dengan stres akademik pada Mahasiswa Program Studi Profesi Dokter (PSPD) Universitas Padjajaran di Kota Bandung maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara *hardiness* dengan stres akademik. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah stres akademik yang dirasakan.
2. Terdapat hubungan yang sedang atau cukup kuat antara *hardiness* dengan stres akademik. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat mahasiswa koas yang tidak sejalan dengan hipotesa penelitian. Hal ini ditunjukkan dengan terdapatnya mahasiswa yang memiliki *hardiness* tinggi tetapi masih merasakan stres.
3. Mahasiswa Program Studi Profesi Dokter (PSPD) di Universitas Padjajaran cenderung memiliki tingkat stres akademik dengan kategori sedang.
4. Mahasiswa Program Studi Profesi Dokter (PSPD) di Universitas Padjajaran cenderung memiliki tingkat *hardiness* dengan kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mampu memandang bahwa situasi akademik merupakan tantangan yang diperlukan, mengendalikan reaksi emosi yang dirasakan, dan senantiasa melibatkan diri dalam setiap kegiatan koas.

5.2. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang akan diajukan oleh peneliti adalah sebagai berikut :

1. Bagi mahasiswa yang memiliki *hardiness* rendah, disarankan untuk dapat memandang bahwa segala situasi akademik yang diterima saat ini merupakan proses pembelajaran untuk menjadi tenaga kesehatan yang lebih berkompeten, menjadikan pengalaman keberhasilan maupun kegagalan sebagai pembelajaran di masa yang akan datang, serta senantiasa berusaha dan melibatkan diri walaupun dihadapkan dengan berbagai kesulitan. Hal tersebut diperlukan mengingat pendidikan dokter memiliki jangka waktu yang panjang.
2. Fakultas Kedokteran di Universitas Padjajaran sebaiknya memberikan jadwal jaga dan ujian yang lebih tepat. Hal ini diperlukan agar setiap mahasiswa dapat optimal dalam menjalankan aktivitas jaga dan ujian.
3. Peneliti selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan dalam menentukan subjek penelitian. Mengingat mahasiswa koas memiliki jadwal kesibukan yang padat.