

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Pada bab ini, peneliti akan memaparkan mengenai kesimpulan dari hasil penelitian berdasarkan dengan tujuan dari penelitian dan beberapa saran. Saran penelitian ini ditujukan kepada institusi pendidikan, responden dan peneliti selanjutnya.

#### **A. Kesimpulan**

1. Hasil rerata dari data tingkat distres psikologis responden menunjukkan tingkat distres rendah dengan jumlah 10 responden dan persentasenya sebesar 14.5%, distres sedang dengan jumlah 53 responden dan persentasenya sebesar 76.8%, stres tinggi dengan jumlah 6 responden dan persentasenya sebesar 8.7%.
2. Hasil rerata dari data koping religius nilai koping religius positif cukup tingginya dibanding dengan koping religius negatif yaitu cukup rendah. sehingga dapat disimpulkan bahwa koping religius positif lebih tinggi dibanding dengan koping religius negatif.
3. Hasil uji hipotesis diperoleh bahwa nilai  $p = 0.045$  ( $p < 0,05$ ) dan  $r = 0.243$  menandakan bahwa ada hubungan antara distres psikologis dan koping religius yang berarti  $H_1$  diterima dan  $H_0$  ditolak. sehingga semakin tinggi koping religious maka semakin rendah distres psikologis.

## **B. Saran**

Melalui penelitian ini, dapat disampaikan beberapa saran yang mungkin dapat bermanfaat bagi beberapa pihak yang berperan dalam penelitian ini:

### **1. Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini disarankan dapat menjadi masukan dan evaluasi selain itu dapat dipertahankan mengenai coping religius. Ditingkatkan juga dengan diadakannya program bimbingan dan konseling untuk meningkatkan motivasi terhadap mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi.

### **2. Bagi Responden**

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan agar mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi lebih memperhatikan kondisi distress psikologis yang dialaminya. Mahasiswa dengan kondisi tingkat distress psikologis yang tinggi dan sedang disarankan untuk melakukan konsultasi agar mahasiswa dapat beradaptasi dalam menghadapi situasi yang menyebabkan distress.

### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Peneliti menyarankan agar penelitian selanjutnya mengidentifikasi faktor internal maupun eksternal yang dapat menyebabkan distress psikologis serta penelitian ini hanya fokus kepada coping religius yang dilakukan mahasiswa oleh sebab itu peneliti selanjutnya dapat meneliti coping yang bersifat lebih umum. Selain hal

tersebut, peneliti selanjutnya juga dapat memperluas hasil penelitian, tidak hanya di program studi keperawatan tetapi juga pada program studi lain atau falkultas lain maupun universitas lain. Sehingga semakin komprehensif dan banyak mengungkap wacana baru yang lebih luas.