

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Penelitian mengenai tingkat stres dan kecemasan dengan mekanisme koping pada Mahasiswa Keperawatan UPN Veteran Jakarta di masa pandemic COVID-19 telah selesai diaparkan dan dibahas, maka hasil tersebut dapat disimpulkan, yaitu Mahasiswa keperawatan sebagian besar mengalami stres pada tingkat sedang, kecemasan pada tingkat kecemasan ringan, dan mekanisme koping yang dilakukan mahasiswa keperawatan sebagian besar berfokus pada masalah dan emosi yang terinterpretasi tinggi. Berdasarkan hasil uji juga menunjukkan ada hubungan tingkat stres dengan mekanisme koping pada mahasiswa keperawatan UPN Veteran Jakarta di Masa Pandemi COVID-19, serta ada hubungan tingkat kecemasan dengan mekanisme koping pada mahasiswa keperawatan UPN Veteran Jakarta di Masa Pandemi COVID-19.

#### **V.2 Saran**

Peneliti memberikan sedikit saran berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan guna untuk memperbaiki keterbatasan yang ada dalam penelitian ini agar penelitian selanjutnya dapat dilakukan lebih baik, antara lain:

a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan informasi dan rujukan bagi mahasiswa terutama mahasiswa keperawatan UPN Veteran Jakarta dalam mengatasi tingkat stress dan kecemasan sesuai dengan mekanisme koping yang mana mahasiswa melakukan evaluasi diri juga untuk mengetahui mekanisme koping apa yang selalu digunakan saat mengalami stres atau kecemasan. Kemudian mahasiswa disarankan untuk mencari informasi lebih dalam memilih mekanisme koping serta informasi untuk menghindari stres dan kecemasan.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan memperluas ruang lingkup faktor yang berhubungan dengan stres, kecemasan, maupun mekanisme koping. Pada pembahasan, peneliti menjelaskan sedikit tentang faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi stres, kecemasan, dan mekanisme koping. Peneliti berharap untuk penelitian selanjutnya melakukan penelitian yang bersangkutan dengan faktor-faktor seperti kepribadian, dukungan social, kognitif, spiritual, dan aktivitas yang dapat memengaruhi stres, kecemasan maupun mekanisme koping.

c. Bagi Institusi Keperawatan UPN Veteran Jakarta

Pembaharuan kebijakan mengenai pembelajaran bagi mahasiswa terutama saat masa pandemi supaya dapat menghindari atau menurunkan risiko dari stres atau kecemasan pada mahasiswa. Hal ini dapat dilakukan dengan melakukan survei terlebih dahulu dan lakukan diskusi antara dosen dan mahasiswa.

d. Bagi Perawat Jiwa

Peran perawat sebagai konselor dan pemberian asuhan keperawatan harus lebih ditekankan lagi karena mahasiswa yang mengalami stres dan kecemasan perlu melakukan konsultasi dan pemberian intervensi yang tepat untuk mencegah masalah lebih lanjut yang berakibat fatal.