

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian terhadap mahasiswa FK UPN Veteran Jakarta Angkatan 2012 analisis dan pembahasan yang telah diuraikan oleh peneliti, dapat diambil kesimpulan beberapa hal sebagai berikut :

- a. Terdapat perubahan bermakna antara tingkat stres satu hari sebelum dan setelah ujian ($p = 0,001$)
- b. Terdapat perubahan bermakna antara tekanan darah diastolik satu hari sebelum dengan setelah ujian ($p = 0,001$)
- c. Terdapat perubahan bermakna antara tekanan darah sistolik satu hari sebelum dengan tekanan darah sistolik sesudah ujian ($p=0,000$)

V.2 Saran

- a. Bagi Mahasiswa FK UPN yang Mengikuti Ujian SOCA
Lakukan persiapan ujian jauh- jauh hari sebelum ujian, tidur cukup sebelum ujian, sarapan, sugesti diri dapat menjalani ujian dengan baik, jangan panik, berkonsultasi kepada psikolog/ teman
- b. Bagi FK UPN
Hasil ujian SOCA dapat dijadikan bahan evaluasi bagi para dosen pembimbing akademik
- c. Bagi Peneliti Lain
Perlu dilakukan penelitian mengenai hal yang belum dibahas dalam penelitian ini, contohnya adalah :
 - 1) Membandingkan tingkat stres dan tekanan darah pada ujian SOCA dengan ujian lain. Atau membandingkan tingkat stres dan tekanan darah antara tingkat I, II, III, IV.
 - 2) Perlu dilakukan pengukuran tekanan darah jauh- jauh hari sebelum ujian (ketika belum terpajan stres), untuk mengetahui tekanan darah normal pada mahasiswa

- 3) Perlu diteliti tentang faktor apa saja yang membuat stres saat menghadapi ujian
- 4) Gunakan kuesioner baku yang sudah dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan penelitian

