

BAB 5

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Kesimpulan ini dapat dibuat berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, yaitu:

1. Alat ukur DASS 42 parameter stres berfungsi untuk mendeteksi tingkat stres dan fitur level untuk mengidentifikasi cara mengatasi stres yang sedang dialami, telah digunakan untuk membangun sistem *StressLevel* secara efektif.
2. Sistem *StressLevel* yang telah dibuat dapat mempermudah mahasiswa FIK UPN “Veteran” Jakarta untuk memahami tingkat stres yang sedang dialami.
3. Berdasarkan 273 data yang telah terkumpul pada sistem diketahui bahwa tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa terbanyak berada pada tingkat stres parah. Banyaknya mahasiswa dari masing-masing tingkat stres yaitu sebanyak 54 mahasiswa berada pada tingkat stres normal, 54 mahasiswa pada tingkat stres ringan, 46 mahasiswa pada stres tingkat sedang, 68 mahasiswa pada stres tingkat parah, dan 51 mahasiswa pada stres tingkat sangat parah.
4. *Framework CodeIgneter* dan *database PHPMyAdmin* keduanya digunakan untuk membangun sistem *StressLevel* berbasis website.

5.2. Saran

Bersumber dari penelitian yang telah dilakukan, ditemukan kekurangan dapat dimanfaatkan oleh penelitian selanjutnya untuk mengembangkan sistem ini, yaitu:

1. Sistem *StressLevel* yang dibuat masih memiliki tampilan yang sederhana, sehingga penulis berharap kepada penelitian selanjutnya dapat memperbaiki desain sistem yang ada agar lebih menarik dan lebih baik lagi.
2. Fitur yang terdapat pada sistem *StressLevel* saat ini masih cukup sederhana, sehingga diharapkan pada penelitian selanjutnya fitur sistem dapat ditingkatkan menjadi lebih baik sesuai kebutuhan.