

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

- a. Mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta mayoritas memiliki kualitas tidur yang buruk yaitu sebanyak 59 mahasiswa (90,8%).
- b. Tingkat stres mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta didominasi oleh kelompok stres normal sebanyak 29 mahasiswa (44,6%).
- c. Hasil indeks prestasi semester pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta memiliki IPS rata-rata 3,25 dengan nilai tertinggi 3,74 dan nilai terendah 3,00.
- d. Tidak terdapat hubungan signifikan antara kualitas tidur terhadap indeks prestasi semester pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
- e. Tidak terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres terhadap indeks prestasi semester pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Responden

- a. Responden diharapkan dapat memerhatikan kualitas tidur agar dapat menjalankan proses pembelajaran dengan baik.
- b. Responden diharapkan mampu mengelola stres dengan baik agar tidak memengaruhi kegiatan pembelajaran dan hasil akademis.
- c. Responden diharapkan dapat meningkatkan indeks prestasi semester mereka.
- d. Responden diharapkan dapat menciptakan lingkungan belajar yang baik dan nyaman agar mendapatkan hasil pembelajaran dengan maksimal

V.2.2 Bagi Tempat Penelitian

- a. Diharapkan Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta menyediakan sarana dan prasarana dengan baik untuk memberikan kenyamanan kepada mahasiswa dalam proses pembelajaran.
- b. Diharapkan Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta dapat memberikan tenaga pengajar yang sesuai dengan kompetensinya agar memberikan hasil pembelajaran secara maksimal.

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih dalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi nilai indeks prestasi semester pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

- b. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat dilakukan dalam ruang lingkup yang lebih luas.