

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini membahas simpulan yang diperoleh dari hasil penelitian dan beberapa saran yang dapat digunakan untuk perbaikan dalam penelitian selanjutnya dan berguna bagi pihak-pihak terkait.

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di Pesantren Ar-Raudhatul hasanah Medan, dapat ditarik beberapa kesimpulan, sebagai berikut:

1. Faktor resiko stres pada santriwati baru di Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah Medan mayoritas dalam kategori sebagai pemicu tuntutan orang tua (95.0%), peraturan yang ketat (65.0%), tekanan untuk berprestasi tinggi (60.0%), dan pelajaran yang padat (55.0%).
2. Stres pada santriwati baru di Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah Medan mayoritas dalam kategori berat (62.5%).
3. Prestasi belajar pada santriwati baru di Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah Medan mayoritas dalam kategori rendah (42.5%).
4. Ada hubungan yang bermakna antara Stres dengan Prestasi Belajar pada santriwati baru di Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah Medan

B. Saran

1. Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan bagi pihak pesantren dalam meningkatkan penerapan cara mengelola stres pada santriwati di Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah Medan dengan menggali potensi yang dimiliki santriwati dengan mengikuti kegiatan-kegiatan positif di pesantren seperti olahraga dan melakukan kegiatan ekstrakurikuler sehingga tidak mempengaruhi segala aktivitas dari santriwati termasuk prestasi belajar.

2. Bagi Santriwati

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bahwa stres sangat berpengaruh terhadap prestasi belajar pada santriwati sehingga hal tersebut dapat menghambat santriwati dalam proses akademik dan juga lingkungan sosial.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan pendidikan dan dukungan untuk membantu mengelola stres dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang positif dalam upaya penurunan stres dengan peningkatan prestasi belajar pada santriwati.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi atau gambaran untuk mengembangkan penelitian selanjutnya. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode dan variabel yang berbeda.