

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan mengenai hasil penelitian sebagai berikut:

1. Hasil deskripsi variabel stres akademik, optimisme, dan resiliensi akademik.
 - a. Deskripsi variabel stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam "45" Bekasi berada dalam kategori sedang.
 - b. Deskripsi variabel optimisme pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam "45" Bekasi berada dalam kategori sedang.
 - c. Deskripsi variabel resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam "45" Bekasi berada dalam kategori tinggi.
2. Adapun hasil dari pengajuan hipotesis dalam penelitian ini yaitu:
 - a. Terdapat hubungan positif antara stres akademik dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam "45" Bekasi, artinya semakin tinggi stres akademik maka resiliensi akademiknya pun tinggi.
 - b. Terdapat hubungan positif antara optimisme dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam "45" Bekasi, artinya semakin tinggi stres akademik maka resiliensi akademiknya pun tinggi.
 - c. Terdapat pengaruh antara stres akademik dan optimisme terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam "45" Bekasi.

B. Saran

Peneliti menyadari dalam penelitian yang dilakukan masih banyak kekurangan dan kelemahan. Namun hal tersebut menjadi pembelajaran bagi peneliti. Berdasarkan hasil penelitian yang telah didapatkan sebelumnya, maka terdapat berbagai saran:

1. Bagi mahasiswa

Dengan adanya penelitian ini, mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi diharapkan dapat memiliki keyakinan untuk mendapatkan hasil yang baik dari usaha-usahanya dan selalu berpikir positif terkait dengan proses penyelesaian skripsinya, agar mampu melewati kesulitan-kesulitan yang terjadi dalam proses pengerjaan skripsi.

2. Bagi peneliti selanjutya

Disarankan untuk mengembang penelitian ini, seperti melakukan penelitian ditempat lain dengan pengumpulan data yang lebih luas gunanya untuk memperdalam penelitian terkait yaitu resiliensi akademik. Peneliti yang tertarik dengan topik resiliensi akademik agar dapat melakukan penelitian denga variabel bebas yang berbeda sehingga dapat diketahui faktor-faktor lain yang memiliki hubungan atau pengaruh terhadap resiliensi akademik.

3. Bagi Universitas

Disarankan bagi Universitas supaya dapat memberikan masukan dan arahan pada mahasiswa tingkat akhir untuk memiliki keyakinan yang baik dan selalu berpikir positif dalam proses pengerjaan skripsi, supaya dalam menghadapi berbagai kesulitan yang hadir dalam proses pengerjaan skripsi mahasiswa bisa menjadi lebih resilien.