

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dan pembahasan terhadap hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa:

1. Efikasi Diri berpengaruh negatif terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Prodi Pendidikan Akuntansi stambuk 2023 di Universitas Negeri Medan.
2. Dukungan Sosial Teman Sebaya berpengaruh negatif terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Prodi Pendidikan Akuntansi stambuk 2023 di Universitas Negeri Medan.

#### 5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan penulis, maka penulis mengajukan beberapa saran sebagai berikut :

##### 1. Bagi Mahasiswa

- a. Diharapkan bagi mahasiswa agar meningkatkan keyakinan diri seperti selalu optimis dan memiliki komitmen dalam menyelesaikan tugas yang diberikan dosen, percaya dengan keunggulan yang dimiliki, dan mengembangkan rasa ingin tahu dengan mengarahkan kekuatan dirinya sendiri untuk belajar, dengan begitu mahasiswa akan lebih memiliki kemampuan strategi *coping* yang lebih efektif dan lebih mampu untuk menghadapi tantangan dan hambatan akademik.

b. Diharapkan bagi mahasiswa untuk meningkatkan dukungannya terhadap teman sekelas seperti memberikan bantuan pertolongan ketika teman sedang dalam situasi yang sulit, mengapresiasi hasil kerja teman sekelas, mendengarkan keluhan teman sekelas dan juga memberikan informasi informasi seputar perkuliahan kepada teman sekelasnya, dengan begitu teman sekelas akan merasa diperhatikan dan dipedulikan sehingga teman sekelas dapat meningkatkan ketahanan mental dalam menghadapi tekanan akademik.

2. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan peneliti selanjutnya lebih variatif dalam mengembangkan penelitian tentang variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi stress akademik seperti hardiness (ketahanan psikologis), optimisme, motivasi berprestasi, prokrastinasi, dan dukungan sosial orang tua.

THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY