

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Pada mahasiswa yang tinggal indekos, hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 38 responden yang tinggal indekos terdapat 6 (15,8%) responden yang mengalami kecemasan ringan, 12 (31,6%) responden mengalami kecemasan sedang dan 20 (50,6%) responden mengalami kecemasan berat. Pada mahasiswa yang tinggal bersama orangtuanya, hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 38 responden terdapat 6 (15,8%) responden mengalami kecemasan ringan, 28 (73,3%) responden mengalami kecemasan sedang dan 4 (10,5%) responden mengalami kecemasan berat.

Terdapat perbedaan tingkat kecemasan yang bermakna antara mahasiswa yang tinggal indekos dengan mahasiswa yang tinggal bersama orangtuanya. Perbedaan tingkat kecemasan berdasarkan karakteristik usia dan jenis kelamin tidak menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna, sedangkan berdasarkan asal sekolah terdapat perbedaan yang bermakna.

5.2 Saran

1. Untuk mahasiswa baru FK UNILA, peneliti menyarankan untuk dapat membangun proses adaptasi yang baik dalam lingkungan yang baru, yang dapat dilakukan dengan membangun komunikasi yang baik antar teman, kakak tingkat, dosen dan orang – orang dilingkungan yang baru. Dengan demikian ketika terdapat suatu tekanan atau masalah dalam lingkungan yang baru dapat terselesaikan sehingga tidak sampai menimbulkan kecemasan yang dapat mengganggu kondisi fisik dan mental mahasiswa.
2. Untuk FK UNILA, peneliti menyarankan untuk dilakukannya kegiatan – kegiatan yang dapat membantu mahasiswa baru untuk beradaptasi terhadap lingkungan kampus dan sekitarnya, seperti bimbingan konseling dengan pembimbing akademik, motivasi – motivasi dan kegiatan lain yang positif untuk mendukung dan memudahkan mahasiswa untuk beradaptasi dengan lingkungan kampus dan sekitarnya, sehingga tidak menimbulkan kecemasan pada mahasiswa kedokteran.
3. Untuk Penelitian selanjutnya, peneliti juga menyarankan sebaiknya dilakukan penelitian lanjutan dengan sampel lebih besar dan teknik sampling yang lebih baik untuk mendapatkan hasil yang lebih akurat. Selain itu penelitian juga dapat dilakukan secara kualitatif agar dapat menggali perasaan mahasiswa lebih dalam tentang tingkat kecemasan yang dialami.