

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian yang telah disampaikan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut

1. Dukungan sosial dari teman sebaya terhadap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin termasuk dalam kategori atau tingkat tinggi sebesar 90,9%, 7,3% dengan tingkat sedang dan 1,8% mahasiswa memiliki dukungan sosial dari teman sebaya yang rendah
2. Tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin termasuk dalam kategori atau tingkat tinggi sebesar 98,2% untuk mahasiswa yang memiliki tingkat stres yang rendah adalah sebesar 1,8%.
3. Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan adanya pengaruh antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Hal ini dapat dilihat dari koefisien  $r$  hitung antara variabel dukungan sosial dari teman sebaya dan tingkat stres sebesar 0,474, sedangkan  $r$  tabelnya adalah 0,266,  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel ( $0,474 > 0,266$ ). Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan tingkat stres serta menunjukkan bahwa semakin meningkat dukungan sosial dari teman sebaya maka variabel tingkat stres juga ikut

meningkat. Sebaliknya semakin meningkat variabel dukungan sosial dari teman sebaya maka variabel tingkat stres akan menurun.

## **B. Rekomendasi**

Penulis mengemukakan beberapa saran yang diperoleh dari hasil penelitian yang sudah dicapai, adapun sarannya yaitu:

### **1. Bagi Mahasiswa**

Dukungan sosial dari teman sebaya berpengaruh terhadap tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, Bagi mahasiswa diharapkan agar tetap saling mendukung, saling peduli kepada teman agar tetap merasa saling dipedulikan satu sama lain, dan semangat dalam mengerjakan skripsi.

### **2. Bagi Peneliti selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat stres sehingga dapat meningkatkan hasil penelitian yang telah dilakukan. Peneliti juga diharapkan menggali lebih dalam terkait gaya dukungan sosial yang dialami subjek sehingga dapat mengetahui tingkat stres yang dialami secara detail sesuai dengan gaya dukungan sosial yang dimiliki subjek.