BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan pelaksanaan sholat wajib dengan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Karakteristik responden adalah mahasiswa tingkat akhir Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (PSIK UMY) tahun angkatan 2014, yang sebagian besar berusia 21 tahun, beagama Islam, berjenis kelamin perempuan dan memiliki tipe kepribadian B.
2. Sholat wajib dilaksanakan secara rutin oleh sebagian besar mahasiswa PSIK UMY tahun angkatan 2014 .
3. Sebagian besar mahasiswa PSIK UMY tahun angkatan 2014 tidak mengalami stres (tingkat stres normal).
4. Tidak terdapat hubungan antara pelaksanaan sholat wajib dengan tingkat stres mahasiswa PSIK UMY tahun angkatan 2014.

B. Saran

1. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

   Sebaiknya dilakukan evaluasi berkala terkait tingkat stres mahasiswa serta pemenuhan kebutuhan spiritual mahasiswa terutama terkait ibadah sholat wajib, Perlunya diadakan program konseling dalam menghadapi stresor, khususnya bagi mahasiswa tingkat akhir yang dihadapkan dengan berbagai sumber stresor yang datangnya secara bersamaan.

   Sangat perlu juga dilakukan kegiatan kajian ruitn minimal setiap bulan atau setiap minggu untuk mahasiswa.

2. Responden

   Bagi responden dalam kondisi apapun jangan sampai meninggalkan sholat wajib, yang keutamaannya nomor dua setelah perintah untuk bersyahadat, serta memberikan banyak manfaat baik secara psikologis atau secara fisiologis..

3. Peneliti selanjutnya

   Diharapkan bagi penelitian selanjutnya dapat meneiliti lebih lanjut terkait pengaruh variabel-variabel pengganggu dalam penelitian ini, terhadap tingkat stres yang dialami mahasiswa.