

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Hasil dari skala Smith dan Miller yang diujikan kepada 94 orang mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha angkatan 2006 didapatkan 21 orang mempunyai nilai skala Smith dan Miller lebih dari 30, sedangkan 73 orang lainnya mempunyai nilai kurang dari 30.

Dari hasil yang didapatkan maka dapat disimpulkan bahwa 21 orang mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha angkatan 2006 atau 22,3% dari sampel kurang mempunyai kekebalan terhadap stres. Sedangkan 73 orang lainnya atau 77,7% dari sampel mempunyai kekebalan terhadap stres

5.2 Saran

Dari penelitian yang telah dilakukan ada beberapa hal yang sebaiknya dilakukan antara lain:

1. Pengambilan sampel sebaiknya dengan jumlah yang lebih besar dan tidak terfokus pada satu angkatan atau bahkan tidak terfokus pada satu fakultas saja sehingga dapat didapatkan hasil yang lebih representatif.
2. Penelitian lebih menyeluruh, tidak hanya meneliti masalah kekebalan terhadap stres saja, tapi mencakup kepada semua aspek kejiwaan.
3. Adanya kerjasama, baik dari tingkat fakultas maupun universitas, guna membantu terlaksananya pemeliharaan dan pengawasan kesehatan mahasiswa secara menyeluruh termasuk kesehatan jiwa mahasiswa.
4. Sebaiknya penelitian kesehatan jiwa ini tidak hanya berhenti pada penelitian yang insidental saja tapi dapat dilakukan secara berkala pada mahasiswa Universitas Kristen Maranatha, dan tentunya ada tindak lanjut yang jelas apabila terdapat gangguan kesehatan jiwa.

5. Sosialisasi hasil penelitian kepada subyek penelitian yaitu mahasiswa FK UK. Maranatha angkatan 2006
6. Tindak lanjut kepada 21 mahasiswa FK UK. Maranatha angkatan 2006 yang kurang kebal terhadap stres, yang dapat berupa pengawasan dan pemeliharaan atau terapi kesehatan jiwa.