

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa terdapat pengaruh efikasi diri terhadap stres akademik pada mahasiswa di Universitas Buana Perjuangan Karawang. Dibuktikan dengan nilai signifikansi pada uji regresi linear sederhana sebesar $0.000 < 0.05$ dengan pengaruh sebesar 8,9% terhadap variabel stres akademik (Y), sedangkan sisanya 91,1% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

B. Saran

1. Bagi responden penelitian:
 - a. Diharapkan dapat mempertahankan dan meningkatkan efikasi diri
2. Bagi peneliti selanjutnya:
 - a. Diharapkan mampu untuk mengembangkan penelitian dengan melakukan pada populasi yang berbeda
 - b. Meneliti variabel selain efikasi diri yang bisa mendukung penuh dan berpengaruh pada variabel stres akademik.
 - c. Menghindari penyebaran kuesioner secara *online*, hal ini agar mengetahui responden menjawab dengan sungguh-sungguh atau tidak.