

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan mengenai penelitian perbedaan bentuk reaksi stres mahasiswa dan militer pada peserta Ekspedisi NKRI 2013 Koridor Sulawesi Sub Korwil 01 Kepulauan Sangihe, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Reaksi Stres Mahasiswa

Berdasarkan hasil analisis statistik dan pembahasan menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki nilai rata-rata yang selalu lebih tinggi dibandingkan dengan militer pada bentuk reaksi stres fisiologis (32,7273) dan juga bentuk reaksi stres psikologis (1,4905). Begitupun pada bentuk reaksi stres psikologis yang terbagi menjadi 3 bentuk reaksi stres yaitu bentuk reaksi stres kognisi (15,4091), bentuk reaksi stres emosi (71,7727) dan juga bentuk reaksi stres perilaku sosial (61,8836). Sedangkan dilihat dari frekuensi kecenderungan mahasiswa lebih mudah mengalami stres pada bentuk reaksi stres psikologis (91%) khususnya bentuk reaksi stres kognitif (41%) baru kemudian bentuk reaksi stres emosi (36%) dan bentuk reaksi stres perilaku sosial (23%) sedangkan hanya sedikit mahasiswa yang mengalami bentuk reaksi stres fisiologis (9%).

2. Reaksi Stres Militer

Berdasarkan hasil analisis statistik dan pembahasan menunjukkan bahwa militer selalu memiliki nilai rata-rata dibawah nilai rata-rata mahasiswa pada bentuk reaksi stres fisiologis (26,4348) dan juga pada bentuk reaksi stres psikologis (1,1850). Begitupun pada bentuk reaksi stres psikologis yang terbagi menjadi 3 bentuk reaksi stres yaitu bentuk reaksi stres kognisi (12,7391), bentuk reaksi stres emosi (57,1304) dan juga bentuk reaksi stres perilaku sosial (48,6522). Sedangkan dilihat dari frekuensi kecenderungan militer lebih mudah mengalami stres pada bentuk reaksi stres psikologis (70%) khususnya bentuk reaksi stres kognitif (43%) baru kemudian bentuk reaksi stres perilaku sosial (35%) dan bentuk reaksi stres emosi (13%) sedangkan hanya sedikit mahasiswa yang mengalami bentuk reaksi stres fisiologis (30%).

3. Perbedaan Reaksi Stres Mahasiswa dan Militer

Hasil analisa menunjukkan bahwa ada perbedaan reaksi stres mahasiswa dan militer pada peserta Ekspedisi NKRI 2013 Koridor Sulawesi Sub Korwil 01 Kepulauan Sangehe. Meskipun Militer dan Mahasiswa sama-sama memiliki kecenderungan mengalami bentuk reaksi stres psikologis namun terdapat perbedaan pada bentuk reaksi psikologis yang di alami.

Mahasiswa memiliki kecenderungan yang tinggi dalam mengalami bentuk reaksi stres psikologis yaitu sebesar 91% sedangkan militer juga memiliki kecenderungan yang tinggi juga dalam mengalami bentuk reaksi

stres psikologis yaitu sebesar 70%. Mahasiswa cenderung mengalami bentuk reaksi stres kognitif hal ini juga sama dengan yang dialami oleh militer. Namun pada urutan kedua mahasiswa lebih cenderung mengalami bentuk reaksi emosi hal ini berbeda dengan militer yang lebih cenderung mengalami bentuk reaksi stres perilaku sosial.

B. SARAN

Dari hasil penelitian ini, kiranya perlu ada beberapa pihak yang bisa memahami secara cermat dan seksama dengan mempertimbangkan hal-hal (saran-saran), sebagai berikut:

1. Bagi Kopassus

Kopassus dalam hal ini sebagai penyelenggara kegiatan ekspedisi harus mempertimbangkan keadaan psikologis peserta. Apalagi untuk penempatan di tempat-tempat yang terpencil. Dalam tes wawancara sebelum kegiatan ekspedisi dilakukan ada baiknya untuk menyertakan psikolog yang ikut menyeleksi setiap mahasiswa dan militer yang akan mengikuti ekspedisi. Hal ini juga untuk mengetahui bagaimana daya tahan peserta dalam menghadapi stres.

2. Bagi Peserta Ekspedisi

Mahasiswa dan militer mempunyai karakter yang sangat bertolak belakang namun bukan berarti mereka tidak dapat disatukan. Hanya saja bagaimana cara mereka untuk saling melengkapi. Dalam kegiatan ekspedisi ini mahasiswa sebagai tim peneliti dan militer sebagai pendamping harus

saling bekerja sama dalam melaksanakan ekspedisi. Dengan adanya perbedaan tersebut tidak dipungkiri akan adanya persilangan pendapat yang menimbulkan konflik dan menyebabkan stres ditambah pula dengan keadaan lingkungan ekspedisi yang penuh dengan keterbatasan. Oleh karena itu mahasiswa dan militer harus saling melengkapi untuk meminimalisir stres.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya hendaknya mampu mengembangkan pengetahuan tentang stres dalam ruang lingkup yang lebih luas, misalnya faktor-faktor yang menyebabkan stres. Peneliti selanjutnya hendaknya juga menambahkan variabel-variabel sebagai kontrol. Serta menambah jumlah populasi dan sampel, agar diperoleh definisi stres yang lebih spesifik dan data yang diperoleh lebih sempurna, karena pengambilan sampel yang sedikit akan menjadikan suatu keterbatasan dalam sebuah penelitian.