

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang terdapat dalam bab IV dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat stress pada mahasiswa semester II (dua) dan IV (empat) jurusan Fisika Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berdasarkan analisis data terbagi menjadi 3 kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Tingkat stress pada kategori tinggi berjumlah 2 mahasiswa dengan jumlah prosentase sebesar 6,25%, tingkat stress pada kategori sedang sebanyak 13 mahasiswa dengan prosentase sebesar 40,6%, dan tingkat stress pada kategori rendah sebanyak 17 orang dengan prosentase sebesar 53%. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat stress mahasiswa semester II (dua) dan IV (empat) jurusan Fisika Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang rata-rata memiliki tingkat stress pada kategori rendah dengan prosentase sebesar 53%.
2. Tingkat Motivasi Berprestasi Mahasiswa Jurusan Fisika Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berdasarkan hasil analisis data terbagi menjadi 3 kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Tingkat motivasi berprestasi pada kategori tinggi sebanyak 19 mahasiswa dengan prosentase sebesar 59,4%, tingkat motivasi

berprestasi pada kategori sedang sebanyak 13 mahasiswa dengan prosentase sebesar 40,6%, dan tidak terdapat mahasiswa yang memiliki tingkat motivasi berprestasi rendah. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat motivasi berprestasi mahasiswa semester II (dua) dan IV (empat) jurusan Fisika Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang rata-rata memiliki tingkat motivasi berprestasi pada kategori tinggi yaitu dengan prosentase sebesar 59,4%.

3. Berdasarkan hasil analisis korelasi antara tingkat stress dengan motivasi berprestasi dengan menggunakan korelasi *Product-Moment* diperoleh  $r_{xy}$  sebesar -0,479 pada taraf signifikan sebesar 0,005 dengan sampel 32 responden. Hasil korelasi antara tingkat stress dengan motivasi berprestasi menunjukkan angka sebesar -0,479 dengan  $p = 0,005$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut karena  $p < 0,05$ , yaitu terdapat korelasi negatif yang signifikan antara stres dengan motivasi berprestasi mahasiswa semester II (dua) dan IV (empat) jurusan Fisika Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Dengan kata lain, bahwa semakin meningkatnya tingkat stres maka akan diikuti dengan menurunnya motivasi berprestasi dan begitu pula sebaliknya.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini terdapat beberapa saran yang dapat dijadikan bagi berbagai pihak diantaranya adalah sebagai berikut:

### 1. Bagi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang mengenai tingkat stress yang jika tidak ditangani dengan baik akan berdampak pada kesehatan (fisik), psikologis, perilaku dan juga dapat pula berdampak pada prestasi seseorang. Penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk terus menginformasikan tentang dampak dari stress dan juga anjuran tentang bagaimana mengatasi stress dalam islam, sehingga individu dapat meminimalisir tingkat stressnya dengan cara-cara yang dianjurkan oleh agama islam.

### 2. Bagi Subjek Penelitian

Bagi subjek penelitian diharapkan dapat mengatasi stressnya dan meningkatkan motivasi berprestasi. karena dengan memiliki tingkat motivasi berprestasi tinggi maka akan mencapai kesuksesan dikemudian hari. Diharapkan juga bagi subjek penelitian jika mengalami stress hendaknya menggunakan strategi coping yang dianjurkan oleh agama islam agar lebih ringan dalam menjalani kehidupan.

### 3. Bagi Peneliti

Bagi peneliti yang akan datang diharapkan agar lebih menyempurnakan lagi beberapa kelemahan-kelemahan dalam penelitian ini . kelemahan tersebut antara lain yaitu dalam mendeskripsikan hasil penelitian serta keterbatasan kemampuan dalam membuat dan mengolah instrument, perluasan populasi dan jumlah sampel penelitian agar hasil penelitian yang dilakukan akan menjadi lebih baik lagi.

Berdasarkan penelitian ini diharapkan bagi peneliti lain untuk lebih meneliti tentang tingkat stress dan hubungan atau pengaruhnya dengan motivasi berprestasi, karena penelitian tentang hubungan atau pengaruh tingkat stress dengan motivasi berprestasi ini masih langka, dan juga dengan populasi yang lebih luas dari penelitian ini agar dapat diketahui seberapa besar pengaruh atau hubungan antara tingkat stress dengan motivasi berprestasi pada populasi yang berbeda.