

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah peneliti lakukan tentang gambaran manajemen waktu, stres dan prokrastinasi penyusunan skripsi pada mahasiswa Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Katolik Misi Charitas Palembang, maka dapat disimpulkan.

1. Didapatkan distribusi frekuensi manajemen waktu pada mahasiswa menyusun skripsi sebagai besar yaitu manajemen waktu baik sebanyak 33 responden (56,9%). Manajemen waktu baik sudah cukup bagus namun bisa ditingkatkan menjadi manajemen waktu sangat baik dengan memajemen semua aktifitas yang akan dilakukan bisa meningkatkan kualitas manajemen waktu.
2. Didapatkan distribusi frekuensi manajemen stres sebagai besar yaitu manajemen stres sedang sebesar 46 responden (84,3%). Stres sedang sangat mempengaruhi penyusunan skripsi saat penyusunan skripsi mahasiswa yang terkena dampak stres akan merasa malas untuk mengerjakan skripsi dan jika tidak segera di atasi berdampak buruk pada dirinya.
3. Didapatkan distribusi frekuensi prokrastinasi sebagai besar yaitu prokrastinasi sedang sebesar 29 responden (50,0%). Prokrastinasi sedang dapat berdampak buruk pada saat mahasiswa penyusunan skripsi ini

disebabkan penundaan-penundaan yang salah atau tidak tepat bisa menambah beban masalah mahasiswa dan jika itu terjadi setiap hari bisa mendatangkang stres yang dapat mengurangi semangat mahasiswa.

## B. SARAN

Berdasarkan kesimpulan diatas maka peneliti menyampaikan beberapa saran sebagai beriku.

### 1. Bagi Mahasiswa/i

Hendaknya agar mahasiswa/i selalu terbuka dan meluangkan waktu untuk berkomunikasi dengan orang terdekat agar dapat mengurai dampak stres dan harus mampu memanfaatkan waktu semaksimal mungkin agar tidak ada penundaan-penundaan yang berdampak ke stres yang dapat mempengaruhi penyusunan skripsi.

### 2. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Katolik Musi Charitas Palembang

Dapat menambah *referensi* di instansi pendidikan, dan untuk peneliti selanjutnya yang berhubungan dengan manajemen waktu, stres, dan prokrastinasi saat penyusunan skripsi dan sebagai data awal untuk fakultas khususnya program studi ilmu keperawatan.

### 3. Bagi Peneliti

Proses penelitian ini menambah ilmu pengetahuan, wawasan dan pemahaman didalam bidang penelitian serta sebagai pengalaman yang

nyata bagi peneliti, dan menerapkan pengetahuan khususnya tentang manajemen waktu, stres, dan prokrastinasi.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini menjadi *referensi* untuk pengembangan selanjutnya dengan menambah mencari adakah hubungan antara manajemen waktu, stres dan prokrastinasi, dan apakah ada perbedaan antara mahasiswa/i yang fokus kuliah sama mahasiswa/i yang bekerja.

