

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kelima dimensi *Big Five Personality* memiliki hubungan dengan stress akademik. Dimana ada hubungan yang signifikan antara dimensi *Openness To Experience* (terbuka terhadap hal-hal baru, imajinatif, kreatif) dengan stress akademik pada mahasiswa jurusan Bimbingan Konseling Islam angkatan 2017. Ada hubungan yang signifikan antara dimensi *Conscientiousness* (teliti, pekerja keras, teratur) dengan stress akademik pada mahasiswa jurusan Bimbingan Konseling Islam angkatan 2017. Ada hubungan yang signifikan antara dimensi *Extraversion* (Bersemangat, penuh kasih sayang, mudah bergaul) dengan stress akademik pada mahasiswa jurusan Bimbingan Konseling Islam angkatan 2017. Ada hubungan yang signifikan antara dimensi *Agreeableness* (berhati lembut, mudah percaya, ramah ) dengan stress akademik pada mahasiswa jurusan Bimbingan Konseling Islam angkatan 2017. Ada hubungan yang signifikan antara dimensi *Neuroticism* (pencemas, temperamental, emosional) dengan stress akademik pada mahasiswa jurusan Bimbingan Konseling Islam angkatan 2017. Secara keseluruhan terdapat hubungan yang signifikan antara variabel X (*Big Five Personality*) dengan variabel Y

(stress akademik). Dengan demikian hipotesis penelitian diterima.

Salah satu dari ketiga asumsi menurut teori *Big Five Personality* menyatakan bahwa “sifat dasar pada manusia dapat berubah seiring berjalannya waktu sebagai respon dari kematangan biologis, perubahan lingkungan, atau intervensi yang disengaja”. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ini bahwa sifat dasar dapat berubah seiring berjalannya waktu.

Peneliti menyadari bahwa secara keseluruhan, penelitian ini memiliki banyak kekurangan dan kelemahan, diantaranya seperti responden dalam penelitian hanya dari mahasiswa jurusan Bimbingan Konseling Islam angkatan 2017. Kemudian jumlah responden antara responden perempuan dan laki-laki tidak sebanding. Peneliti juga kurang memasukkan karakteristik-karakteristik penggunaan stress akademik. Selain itu, pengambilan data dilakukan diluar kelas dan dengan daring karena terbatas oleh kondisi pandemik yang melanda dunia, sehingga situasi dan kondisi menjadi kurang efektif karena situasi tersebut tidak terkontrol langsung oleh peneliti. Referensi dan penelitian yang mendukung tidak begitu banyak karena penelitian ini terbilang cukup jarang diteliti atau bahkan belum pernah di teliti di kampus UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Peneliti juga menyadari bahwa teori *Big Five Personality* ini biasanya dipakai untuk meneliti para karyawan di perusahaan.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Mahasiswa**

Peneliti mengharapkan agar para mahasiswa dapat memahami karakter kepribadian masing-masing dan mengembangkannya, agar mahasiswa bisa mengontrol diri dalam kehidupan sehari-hari khususnya dalam menghadapi tuntutan akademik. Sejalan dengan hal tersebut, hasil analisis menunjukkan bahwa masih banyak mahasiswa yang mengalami stress akademik yang cukup tinggi ditambah lagi tuntutan tuntutan yang dialami baik dari dalam dan luar semakin bertambah ketika menginjak semester akhir. Oleh karena itu, mahasiswa diharapkan dapat mengurangi menyelesaikan satu demi satu dan selalu optimis agar dapat menyelesaikan segala tuntutan dengan tepat waktu serta memahami konsep “penting dan segera” dalam melakukan kegiatan.

### **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian serupa, maka diharapkan mampu mengembangkan penelitian ini, misalnya dengan menggabungkan metode-metode penelitian. Lebih representatif terhadap sample yang akan diambil dan target sample penelitian yang lebih spesifik lagi. Selain itu, sebaiknya lebih memperdalam faktor stres yang terjadi pada tiap individu.