

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan tingkat stres siswa SMK Program 4 Tahun Kelas XIII SIJA saat melakukan praktek kerja lapangan pada masa COVID 19 di SMK Negeri 6 Malang sebagian kecil (11 siswa atau 33,3%) siswa mengalami stres ringan, sebagian besar (22 siswa atau 66,7%) siswa mengalami stres sedang, dan tidak satupun yang memiliki tingkat stres berat (0%). Hal ini dimungkinkan karena adanya beberapa faktor yang menyebabkan stres pada siswa SMK Program 4 Tahun saat PKL pada masa COVID 19 di SMKN 6 Malang antara lain umur, jenis kelamin, dan jumlah keluarga.

5.2 Saran

1. Bagi profesi keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi pembelajaran bagi profesi keperawatan tentang tingkat stres siswa SMK yang melakukan PKL pada masa COVID 19.

2. Bagi guru pembimbing praktek kerja lapangan

Diharapkan para guru pembimbing praktek dapat memonitor jalannya praktek kerja lapangan dengan baik dan bisa memberi dorongan motivasi untuk lebih bersemangat kepada siswa bimbingannya dan sering melakukan kunjungan ke lahan praktek untuk melakukan evaluasi.

3. Bagi guru bimbingan konseling

Diharapkan guru bimbingan konseling (BK) dapat memberikan penyegaran atau layanan bimbingan yang sesuai saat siswa mengalami kesulitan saat praktek kerja lapangan dan membantu mengatasi atau mencari jalan keluar untuk masalah yang dihadapi oleh siswa tersebut.

4. Bagi siswa jurusan D1 SIJA yang melakukan PKL

Diharapkan siswa bisa mengatasi gejala dari tingkat stres yang mereka alami dengan baik sehingga tidak berdampak pada psikologisnya atau merugikan diri mereka sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- A, I. A. D. dan Hendrawati. 2018. Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Laki – Laki Abstrak. *Jurnal Media Informasi*, 14(1). Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.
- Asih, G. Y., Widhiastuti H., dan Dewi R. 2018. *Stres Kerja*. Semarang University Press, hal. i–100. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.
- Astuti, A. N. F. 2020. Pengembangan Model PRAKTEK KERJA LAPANGAN (PKL) berbasis Integrated Blended Learning Unit Produksi (IBL UP) SMK Pascapandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana*. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.
- Astuti, Y. dan Witriyani A. A. A. 2018. Relationship Between Level Stress With Elderly Quality Sleep In Villages Dukuh Subscription Banyudono Regency Of Boyolali Background : According to WHO (2013), the elderly population in 2050 is estimated to increase threefold from 2013 . The elderly wil. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, X, hal. 54–67. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.
- Atziza, R. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stres dalam Pendidikan Kedokteran. *J Agromed Unila*, 2(3), hal. 317–320. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.
- Fhadila, K. D. 2017. Menyikapi perubahan perilaku remaja. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 2(2), hal. 17–23. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.
- Gaol, L. N. T. 2016. Teori Stres : Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), hal. 1. doi : 10.22146/bps.11224. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.
- Hasanusi, H. 2019. Penalaran Moral dalam Mencegah Delikueni Remaja. *Jurnal Qiro'ah*, 9(1), hal. 1–15. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.

- Ismiati. 2015. Problematika dan Coping Stress Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi. *Jurnal Al-Bayan*, 21(32), hal. 15–27. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.
- Karendehi, C., J. Rotie, dan M. Karundeng. 2016. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kecerdasan Moral Pada Anak Usia 12-15 Tahun Di SMPN 1 Tabukan. *Ejournal Keperawatan*, 53(9), hal. 1689–1699. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.
- Mashita, A. N. dan Naqiyah N. 2013. Penerapan Modifikasi Kognitif-Perilaku Untuk Mengelola Stres Terhadap Kegiatan PRAKTEK KERJA LAPANGAN (PKL) Siswa Jurusan MM 1 (Multi Media) SMK Negeri 1 Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 4, hal. 319–328. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.
- Mulyadi, M. 2013. Riset Desain Dalam Metodologi Penelitian. *Jurnal Studi Komunikasi dan Media*, 16(1), hal. 71. doi : 10.31445/jskm.2012.160106. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.
- Musabiq, S. dan I, K. 2018. Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), hal. 74. doi : 10.26486/psikologi.v20i2.240. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.
- Muslim, M. 2020. Moh. Muslim : Manajemen Stress pada Masa Pandemi Covid-19 : 193. *Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2), hal. 192–201. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.
- Naional, K. E. P. dan P. K. N. K. K. R. I. 2017. Pedoman dan Standar Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional, Kementerian Kesehatan RI. Tersedia pada : <http://www.depkes.go.id/article/view/17070700004/program-indonesia-sehat-dengan-pendekatan-keluarga.html>. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.
- Rinawati, F. dan Sucipto. 2019. Hubungan antara Stres, Motivasi dan Hasil Belajar Mahasiswa. *Jurnal Citra Keperawatan*, 7(2), hal. 23–32. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.

Sukoco, A. S. P. 2014. Hubungan sense of humor dengan stres pada mahasiswa baru fakultas psikologi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 3(1), hal. 1–10. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.

Wahyuni, E. dan Annisa, Y. N. 2020. Stres Remaja : Kebutuhan Video Mindfulness-Breathing Meditation Untuk Mengurangi Stres Remaja. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(2), hal. 117–125. Doi : 10.21009/insight.092.02. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.