

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

1. Tingkat stres sebelum diberikan *Self Help Group* (SHG) pada mahasiswa baru prodi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gresik hampir setengahnya mahasiswa baru sebanyak 21 (48,8%) memiliki tingkat stres berat.
2. Tingkat stres setelah diberikan *Self Help Group* (SHG) pada mahasiswa baru prodi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gresik hampir setengahnya terdapat penurunan stres berat pada mahasiswa baru sebanyak 16 (37,2%).
3. Ada pengaruh *Self Help Group* (SHG) terhadap tingkat stres pada mahasiswa baru prodi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gresik.

7.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, ada beberapa saran yang dapat diberikan pada pihak terkait, yaitu :

1. Bagi Penulis

Penulis dapat memperoleh pengalaman dalam mengimplementasikan *Self Help Group* (SHG) pada mahasiswa baru yang mengalami stres.

2. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa dapat menerapkan *Self Help Group* sebagai salah satu terapi non-farmakologis untuk menurunkan tingkat stres.

3. Bagi Institusi

Hasil penelitian dibuat dalam bentuk publikasi untuk referensi terbaru bagi Ilmu Keperawatan khususnya pada keperawatan jiwa remaja.

