

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan Penelitian

Kesimpulan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara mayoritas mengalami kurang tidur pada malam sebelum ujian, yaitu sebanyak 186 orang (91,2%) dan responden yang cukup tidur sebanyak 18 orang (8,8%).
2. Mahasiswa yang lulus ujian tulis 2 blok hepatobilier yaitu sebanyak 178 orang (87,3%) dan sisanya yang tidak lulus sebanyak 26 orang (12,7%)
3. Tidak didapatkan hubungan secara statistik antara durasi tidur malam sebelum ujian dengan prestasi akademik fakultas kedokteran universitas tarumanagara dengan nilai $p=0,479$. Selain itu didapatkan $PR=2,44$ yang berarti mahasiswa yang kurang tidur lebih berisiko 2,44 kali memperoleh hasil ujian tulis yang kurang memuaskan dibandingkan mahasiswa yang cukup tidur

6.2 Saran Penelitian

Berdasarkan hasil pembahasan penelitian dan kesimpulan diatas, maka penelitian memberi saran sebagai berikut:

1. Bagi pada mahasiswa

Mahasiswa, disarankan agar belajar dengan baik selama pembelajaran blok berlangsung dan tidak menunggu hingga akan ujian datang. Manajemen waktu yang baik diperlukan untuk mengatur belajar tersebut dengan membuat skala prioritas.

2. Bagi institusi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa institusi sudah melengkapi proses pembelajaran mahasiswa dengan lingkungan pembelajaran yang baik. Masukan bagi institusi yaitu agar mempertahankan hal yang sudah baik tersebut supaya mahasiswa tetap merasa termotivasi untuk belajar.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya, disarankan agar skala penelitian dapat diperbesar dengan menambah jumlah subjek penelitian, meneliti faktor lain yang dapat mempengaruhi pencapaian akademik dengan menggunakan kuesioner yang baku dan sudah di validasi. Peneliti tidak hanya kuantitas tidur, tapi juga kualitas tidur.