BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini merupakan uraian dari kesimpulan yang didapat pada penelitian yang telah dilakukan serta saran untuk berbagai pihak dan peneliti selanjutnya.

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan antara stres akademik dan *Cyberloafing* dapat diperoleh kesimpulan bahwa terdapat korelasi positif yang rendah antara stres akademik dan *Cyberloafing* pada mahasiswa Departemen Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia.

B. Saran

Saran untuk beberapa pihak terkait penelitian ini adalah sebagaimana berikut:

a. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat membahas lebih dalam mengenai dinamika dari dimensi-dimensi, baik pada dimensi *Cyberloafing* maupun dimensi stres akademik.
b. Penelitian selanjutnya dapat meneliti pada subyek lain yang lebih variatif
c. Peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor demografis lain yang lebih beragam
d. Peneliti selanjutnya dapat menjelaskan faktor-faktor yang menyebabkan rendahnya korelasi antara *Cyberloafing* dan stress akademik
e. Karena penelitian ini melakukan pengambilan data saat pandemi, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengeksplorasi *cyberloafing* dan stres akademik di era pandemi
f. Bagi mahasiswa agar membatasi aktivitas *Cyberloafing* saat sedang menjalankan perkuliahan.
g. Bagi orangtua agar dapat senantiasa memberikan dukungan terhadap anaknya agar setidaknya mengurangi tingkatan stres.
h. Bagi dosen agar selalu menyampaikan peraturan penggunaan gawai di dalam kelas untuk membantu mengurangi aktivitas *Cyberloafing* saat jam pelajaran.