BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan paparan analisis hasil penelitian dan pembahasan di bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat dukungan sosial siswa akselerasi MAN Denanyar Jombang mayoritas berada pada kategori tinggi. Ini ditunjukkan dengan hasil skor yang diperoleh, yaitu sebesar 92,6 % atau sebanyak 25 siswa dan yang memperoleh dukungan sosial kategori sedang sebesar 7,4% atau sejumlah 2. Ini artinya siswa akselerasi MAN Denanyar Jombang sangat baik dan sangat cukup mendapatkan dukungan sosial baik dari orang tua, teman maupun guru. Selain itu dalam penelitian ini juga ditemukan bahwa diantara keempat aspek pembentuk dukungan sosial yang diterima siswa akselerasi MAN Denanyar Jombang yang memberi kontribusi tertinggi yaitu aspek dukungan informatif dengan nilai r= 0,863; p= 0,000 < 0,01).
2. Tingkat stres sekolah pada siswa akselerasi MAN Denanyar Jombang mayoritas berada pada kategori sedang, yaitu sebesar 55,5% atau sebanyak 15 siswa dan yang mengalami stres sekolah kategori rendah 44,4% atau sebanyak 12 siswa dalam kategori stres sekolah tingkat rendah. Hal ini berarti bahwa kondisi siswa akselerasi MAN Denanyar Jombang walaupun mengalami kondisi stres di sekolah, mereka masih dapat mengelola dan mengatasinya dengan baik. Selain itu dalam

penelitian ini juga ditemukan bahwa diantara penyebab stres di sekolah siswa akselerasi MAN Denanyar Jombang yang memberi kontribusi penyebab tertinggi yaitu aspek *task demans* (tuntutan tugas) dengan nilai r= 0,891; p= 0,000 < 0,01).

3. Berdasarkan hasil uji korelasi antara dukungan sosial dengan stres sekolah dapat disimpulkan adanya hubungan yang negatif antara dukungan sosial dengan tingkat stres di sekolah pada siswa akselerasi MAN Denanyar Jombang, dengan r = -0,385 dengan nilai signifkan (p)=0,047<0,05. Penelitian ini juga memberikan temuan bahwa dari keempat aspek dukungan sosial tiga aspek menunjukkan hubungan signifikan dengan stres, yaitu aspek dukungan instrumenta, dukungan informatif sekolah, dukungan penghargaan dan satu aspek tidak berhubungan signifikan yaitu dukungan emosional. Dalam penelitian ini juga menghitung sumbangsih dari setiap aspek dukungan sosial terhadap stres di sekolah hasilnya menunjukkan bahwa aspek dukungan instrumental yaitu sebesar 30,14% dengan (r = -0,549; p = 0,003 p<0,01), sedangkan dukungan informatif memberi sumbangsih 18,49% dengan (r = -0,381; p = 0,025 p<0,05) dan dukungan penghargaan memberi sumbangsih 14,51% dengan (r = -0,381; p = 0,050 p<0,05).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini perlu ditindak lanjuti maka dapat disarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah MAN Denanyar Jombang

   Terkait hasil penelitian hubungan antara dukungan sosial dengan stres sekolah pada siswa akselerasi ini, pihak sekolah (MAN Denanyar Jombang) diharapkan dapat mengurangi tingkat stres sekolah pada siswa akselerasi dengan sebisa mungkin menciptakan iklim sekolah yang kondusif seperti meningkatakan dukungan sosial atara guru dengan siswa dengan cara guru memberikan pantaun yang lebih intens kepada siswa yang mengalami stres sekolah, saling mendukungnya antar siswa itu sendiri, maupun lingkungan sekitar sekolah terhadap siswa akselerasi. Selain itu pihak sekolah dapat membuat pelatihan menejem stres untuk siswa agar siswa akselerasi mampu membuat solusi yang terbaik dalam menyelesaikan masalah ataupun kesulitan yang dihadapinya.

2. Bagi Subyek (Siswa Akselerasi MAN Denanyar Jombang)

   Bagi siswa akselerasi MAN Denanyar Jombang dalam menghadapi stres sekolah hendaknya lebih menanamkan rasa percaya diri, optimis serta mampu berpikir positif dari segala macam tuntutan yang ada di sekolah. Hal tersebut dimaksudkan agar kondisi psikologis siswa bisa lebih baik sehingga menjadikan siswa lebih semangat, termotivasi dalam belajar dan dapat menyelesaiakan masalah kendala yang dihadapinya dengan baik.

3. Bagi Orang Tua

Bagi orang tua sebaiknya memberikan dukungan sosial yang optimal terhadap anaknya yang berada di program akselerasi MAN Denanyar Jombang, hendakanya lebih memberikan kasih sayang, perhatian, memberikan nasehat, memberikan semangat dan memberikan dukungan vinansial terlebih bagi anaknya yang merasa tertekan di akselerasi. Hal tersebut dimaksudkan agar kondisi psikologis siswa semakin baik karena merasa dimiliki, dilindungi sehingga mampu keluar dari permasalahan yang dihadapi.

4. Bagi Teman Sebaya

Bagi teman sebaya terlebih teman satu kelas di program akselerasi MAN Denanyar diharapakan lebih kompak untuk saling peduli dalam keseharian di sekolah, denga cara seperti; memotivasi teman agar tetap semangat belajar, mengadakan diskusi ataupun belajar kelompok, menghibur dan menemani teman yang sedang dalam kesusahan. Hal ini dapat membantu siswa untuk menciptakan iklim kelas yang nyaman sehingga siswa akselerasi MAN Denanyar dapat belajar dengan nyaman dan lebih mampu mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki.

5. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin menyempurnakan penelitian ini dan meneliti lebih jauh tentang stres sekolah pada siswa akselerasi dapat memperluas ruang lingkup penelitian dengan memperhatikan beberapa variabel lain yang dapat mempengaruhi stres diantaranya seperti;

hardiness, *coping stress, self-efficacy,* faktor lingkungan, dan tipe-tipe kepribadian, dan memperbaiki kelemahan penelitian ini yang telah disebutkan diatas.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM
PUSAT PERPUSTAKAAN