

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, maka dapat diambil kesimpulan bahwa :

1. Tingkat *adversity quotient* siswa Madrasah Aliyah Darussalam Agung Buring Malang mayoritas berada pada kategori sedang yang berarti siswa cukup mampu mengendalikan diri ketika menghadapi kesulitan dan mampu bangkit serta memaksimalkan kemampuannya untuk bertindak saat berada dalam situasi sulit.
2. Tingkat regulasi diri siswa Madrasah Aliyah Darussalam Agung Malang juga berada pada kategori sedang yang berarti bahwa siswa cukup mampu mengatur dirinya serta memiliki tingkat manajemen diri yang baik sehingga tidak mudah menyerah dalam mengerjakan tugas.
3. Hubungan antara *adversity quotient* dengan regulasi diri siswa Madrasah Aliyah Darussalam Agung Buring Malang ini bersifat positif dan signifikan, artinya semakin tinggi tingkat *adversity quotient* maka semakin tinggi pula tingkat regulasi diri. Disini dapat di artikan bahwa *adversity quotient* memiliki hubungan yang tinggi dengan regulasi diri siswa Madrasah Aliyah Darussalam Agung Buring Kota Malang. Jadi hipotesis peneliti pada penelitian ini diterima yaitu terdapat hubungan yang positif

antara *adversity quotient* dengan regulasi diri pada siswa Madrasah Aliyah Darussalam Agung Buring Kota Malang.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang dipaparkan di atas, maka dapat disarankan beberapa hal berikut :

1. Bagi Sekolah Madrasah Aliyah Darussalam Agung Buring Malang

Adversity quotient merupakan hal yang sangat penting bagi siswa Madrasah Aliyah sebab siswa Madrasah Aliyah (MA) merupakan peserta didik yang diharapkan mampu mengintegrasikan ilmu-ilmu umum dengan ilmu-ilmu agama. Madrasah memberikan motivasi kepada siswa agar memiliki daya juang yang tinggi selama menempuh pendidikan di Madrasah Aliyah. Oleh karena itu diharapkan Madrasah Aliyah dapat menjadi salah satu wadah bagi siswa untuk mampu membangkitkan motivasi agar memiliki semangat dalam belajar untuk meraih kesuksesan. Madrasah Aliyah Darussalam Agung Buring Malang bisa melakukan pelatihan-pelatihan motivasi untuk meningkatkan *adversity quotient* dalam rangka meningkatkan regulasi diri siswanya.

2. Bagi Subjek (Siswa Madrasah Aliyah Darussalam Agung Malang)

Bagi siswa Madrasah Aliyah Darussalam Agung Malang perlu untuk meningkatkan *adversity quotient* bagi siswa yang masuk dalam kategori sedang dan rendah, dan sebaliknya untuk siswa yang masuk dalam kategori tinggi perlu untuk memperkuat *adversity quotient* salah satunya dengan cara meningkatkan regulasi diri yaitu upaya individu untuk mengatur diri dalam

suatu aktivitas dengan mengikutsertakan kemampuan metakognisi, motivasi, dan perilaku aktif.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Adversity quotient memberikan sumbangan yang cukup besar terhadap regulasi diri, namun disamping itu masih ada faktor-faktor lain yang mempengaruhi tingkat regulasi diri, oleh sebab itu peneliti menganjurkan kepada peneliti selanjutnya untuk mengkaji pula variabel-variabel lainnya, seperti konsep diri, inteligensi, prestasi, dan sebagainya.



