

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

Bab V atau penutup mengkaji kesimpulan, implikasi, serta rekomendasi dari hasil analisis temuan penelitian yang telah dilakukan.

5.1 Kesimpulan

Penelitian dan pembahasan yang dilakukan mengenai korelasi antara resiliensi dengan stres akademik pada siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama di Kota Bandung didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

- 5.1.1 Gambaran umum stres akademik pada siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama berada pada kategori tidak stres.
- 5.1.2 Gambaran umum stres akademik pada siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama berdasarkan jenis kelamin laki-laki dan Perempuan berada pada kategori tidak stres
- 5.1.3 Gambaran umum stres akademik pada siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama berdasarkan dua aspek stres akademik yaitu, stresor dan reaksi terhadap stres menunjukkan hampir seluruh siswa berada pada kategori tidak stres
- 5.1.4 Gambaran umum resiliensi pada siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama berada pada kategori adaptif.
- 5.1.5 Gambaran umum resiliensi pada siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama berdasarkan jenis kelamin laki-laki dan Perempuan berada pada kategori adaptif
- 5.1.6 Gambaran umum resiliensi pada siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama berdasarkan ketujuh aspek resiliensi, yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri, dan kemampuan untuk meraih apa yang diinginkan (*reaching out*) menunjukkan hampir seluruh siswa berada pada kategori adaptif
- 5.1.7 Terdapat hubungan (korelasi) resiliensi terhadap stres akademik pada siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama di Kota Bandung.

5.1.8 Rendahnya korelasi resiliensi dengan stres akademik pada siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama di kota Bandung terjadi karena terdapat beberapa aspek resiliensi yang tidak berkorelasi dengan aspek stres akademik.

5.2 Implikasi Penelitian

Berdasarkan hasil temuan penelitian mengenai korelasi antara resiliensi dengan stres akademik siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama, terdapat implikasi yang dibuat sebagai bahan rujukan untuk meningkatkan resiliensi siswa yaitu layanan bimbingan klasikal dan bimbingan kelompok bidang pribadi. Implikasi layanan dasar bimbingan dan konseling kelompok tersusun dalam rancangan pelaksanaan layanan pada siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian ini, berikut rekomendasi yang dapat dijadikan rujukan berbagai pihak, sehingga diharapkan dapat memberikan masukan yang bermanfaat:

5.3.1 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan dan dasar pertimbangan bagi guru bimbingan dan konseling dalam pengembangan program layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Rancangan layanan dasar bimbingan kelompok dan bimbingan klasikal dapat membantu siswa dalam meningkatkan kemampuan resiliensi dalam menghadapi stres akademik siswa pada proses pembelajaran di sekolah. Dalam pelaksanaan pemberian layanan bimbingan dan konseling, guru bimbingan dan konseling dapat memfokuskan tujuan pemberian layanan untuk meningkatkan serta mempertahankan kemampuan resiliensi siswa, sehingga siswa dapat mengikuti proses pembelajaran di sekolah secara optimal.

5.3.2 Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini hanya berfokus pada siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama, sehingga gambaran stres akademik dan resiliensi yang diperoleh masih terbatas pada siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama saja. Diharapkan bagi

peneliti selanjutnya dapat meneliti pada responden yang lebih luas, atau pada seluruh tingkatan kelas Sekolah Menengah Pertama atau sederajat, dengan demikian hasil data penelitian yang diperoleh akan lebih luas dan mendalam. Selain itu, penelitian ini juga hanya berfokus pada variabel resiliensi terhadap stres akademik saja, diharapkan penelitian selanjutnya dapat menghubungkan resiliensi dengan variabel lain yang mempengaruhi kemampuan resiliensi.

5.3.3 Keterbatasan Penelitian

Terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini terkait korelasi antara resiliensi dengan stres akademik siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama, yaitu sebagai berikut:

- 1) Penelitian terbatas pada satu tingkatan kelas saja, yaitu kelas VIII Sekolah Menengah Pertama sehingga gambaran stres akademik dan resiliensi yang diperoleh masih terbatas.
- 2) Penelitian ini hanya berfokus pada penyusunan rancangan layanan bimbingan dan konseling, belum pada tahap menguji efektivitas layanan dasar bimbingan dan konseling dalam meningkatkan resiliensi siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama.