

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 Kesimpulan

Berdasarkan data-data dan hasil analisis yang telah dilakukan dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Tingkat stres siswa kelas akselerasi berada pada kategori sedang.
- b. Tingkat stres siswa kelas reguler juga berada pada kategori sedang.
- c. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara siswa akselerasi dengan siswa reguler pada tingkat stres mereka. Kedua kelompok berada pada kategori sedang. Perbedaan program kelas tidak mempengaruhi tingkat stres mereka.

Walaupun beban belajar siswa akselerasi lebih banyak namun mereka dapat menghadapi dengan baik, sehingga tingkat stres mereka berada pada kategori yang sama dengan siswa reguler. Dengan demikian dapat disimpulkan siswa akselerasi memiliki kemampuan menghadapi stres yang lebih baik.

1.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan, maka berikut ini rekomendasi yang peneliti berikan kepada konselor/psikolog sekolah, para guru dan peneliti selanjutnya dalam upaya meningkatkan kualitas siswa dan program akselerasi yang telah dijalankan.

1. Bagi konselor atau psikolog sekolah

Berdasarkan hasil penelitian, siswa akselerasi dan reguler mengalami stres pada tingkatan sedang. Dengan hasil ini, konselor sekolah dapat membuat program bimbingan untuk mengurangi stres pada siswa. Selain itu, konselor dapat mulai mengantisipasi terjadinya stres pada siswa akselerasi, terutama pada kelas X masa awal pembelajaran dimana masa ini merupakan masa adaptasi siswa dari SMP ke jenjang SMA serta bagi siswa yang lulus seleksi program akselerasi. Selain itu, selayaknya siswa-siswa yang telah lulus seleksi program akselerasi diberikan gambaran kondisi yang akan mereka temui dalam program akselerasi dan bagaimana solusi-solusi praktis yang dapat mereka lakukan.

2. Bagi pihak sekolah dan para guru

Walaupun stres siswa berada pada taraf sedang, guru dan pihak sekolah lain juga dapat berperan dalam mengurangi stres pada siswa. Agar stres siswa tidak bertambah dengan masalah-masalah psikologis seperti stres dan lain-lain hendaknya pihak sekolah membuat kurikulum yang lebih melayani secara

individual sesuai bakat dan minat siswa. Adapun bagi para guru diharapkan dapat mengubah metode belajar dengan gaya yang lebih interaktif, dan tidak terburu-buru mengejar materi sehingga tetap memberi pelayanan personal terhadap siswa.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini baru pada tahap membedakan program kelas, karena itu rekomendasi dari peneliti kepada peneliti selanjutnya adalah:

- 1) Diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti masalah stres dengan membedakan jenis kelamin, usia, latar belakang ekonomi keluarga, suku, dan hal-hal lain yang mungkin berpengaruh terhadap stres pada siswa akselerasi.
- 2) Perlu juga dilakukan penelitian antara tingkat stres yang dialami anak akselerasi dengan keberhasilan belajar.
- 3) Mengingat sampel dalam penelitian ini masih terbatas, maka perlu penelitian dengan sampel yang lebih luas dan berbeda.
- 4) Perlu penelitian dengan menggunakan metode lain, yaitu metode kualitatif agar dapat diketahui bagaimana karakteristik stres yang dialami siswa akselerasi dan reguler.