

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 116 responden mengenai hubungan mekanisme koping dan dukungan sosial dengan stres akademik siswa saat pandemi covid-19 di SMK Mulia Karya Husada kesimpulan yang didapatkan sesuai dengan tujuan dari penelitian, yaitu:

- a. Gambaran karakteristik terhadap 116 responden pada penelitian didapatkan hasil bahwa siswa mayoritas berada pada usia 16 tahun, dan berjenis kelamin perempuan, pendidikan terakhir orang tua siswa mayoritas SMA/SMK, mayoritas siswa melakukan pembelajaran secara daring dengan menggunakan smartphone, sebagian orang tua siswa berpenghasilan kurang dari Rp.4.641.854.
- b. Gambaran mengenai dukungan sosial siswa, terdapat 51 (44,0%) siswa memiliki dukungan sosial yang tinggi, sebanyak 44 siswa (37,9%) memiliki dukungan sosial sedang dan sebanyak 21 siswa (18,1%) memiliki dukungan sosial yang rendah.
- c. Gambaran mengenai mekanisme koping siswa, terdapat 53 (45,7%) siswa memiliki tingkat mekanisme koping yang tinggi, dan sisanya sebanyak 63 siswa (54,3%) memiliki tingkat mekanisme koping rendah.
- d. Gambaran mengenai stres akademik siswa, didapatkan hasil sebanyak 54 (46,6%) siswa mengalami stres akademik yang tinggi, dan sebanyak 62 (53,4%) siswa mengalami stres akademik rendah.
- e. Terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dengan stres akademik dengan hasil analisa *chi-square* didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,004.

Della Yunita, 2022

HUBUNGAN MEKANISME KOPING DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRESS AKADEMIK SAAT PANDEMI COVID-19 DI SMK MULIA KARYA HUSADA

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id- www.repository.upnvj.ac.id]

- f. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres akademik dengan hasil analisa *chi-square* didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,002.

V.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, beberapa hal yang dapat dijadikan ulasan adalah sebagai berikut:

a. Bagi Siswa

Siswa dapat mengetahui pentingnya meningkatkan mekanisme coping yang adaptif dan mencari sumber coping yang berasal dari dukungan keluarga, teman sebaya maupun orang yang berarti sehingga siswa termotivasi untuk meningkatkan hubungan keluarga dan teman sebaya dengan bersikap terbuka jika menemukan suatu masalah dan akan tetap menjalin komunikasi yang baik dengan teman sebaya dalam melaksanakan pembelajaran secara daring.

b. Bagi Orang Tua

Orang tua dapat memahami pentingnya memberikan dukungan terhadap anaknya seperti menemani, mengawasi dan memberikan sarana dan prasarana serta fasilitas yang memadai, memberikan motivasi dan dapat menjadi pendengar yang baik untuk anaknya dalam proses pembelajaran baik daring, luring maupun hybrid.

c. Bagi Sekolah

Kepada kepala sekolah disarankan untuk dapat mendukung kegiatan yang berhubungan dengan BK atau bimbingan konseling. Guna memfasilitasi siswa dalam berdiskusi dan bertukar pikiran serta berkonsultasi dengan guru BK terkait dengan keluhannya dalam menjalani pembelajaran .

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya yang mungkin akan membahas topik yang serupa agar dijadikan acuan dalam melakukan penelitian selanjutnya dengan lebih menggali faktor yang mempengaruhi stres akademik pada

remaja, seperti faktor resiliensi, motivasi dan efikasi diri serta kebiasaan belajar khususnya saat masa pandemi covid 19 sehingga dapat menjadi bahasan yang lebih luas. Jika penelitian masih dilakukan saat pandemi covid 19, diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengumpulkan data secara lansung dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan. Dan diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode kualitatif dalam melakukan penelitian.

e. Bagi puskesmas

Pihak sekolah diharapkan dapat bekerja sama dengan puskesmas atau pelayanan kesehatan terkait dengan cara memberikan edukasi mengenai masalah psikologis yang dirasakan oleh siswa, agar siswa dapat menghadapi permasalahan psikologisnya dengan menerapkan edukasi yang diberikan.