

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pengujian statistic tentang Hubungan Pola Asuh Dengan Stres Akademik Pada Siswa Kelas XI SMAN 1 SIDIKALANG T.A 2021/2022 diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara Pola Asuh Otoriter dengan Stres Akademik, artinya H1 diterima H0 ditolak dengan perhitungan uji signifikansi terlihat bahwa  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $2,151 > 1,677$ ) dengan nilai signifikansi  $0,003 < 0,05$  dengan koefisien korelasi sebesar  $r = 0,420$  yang memiliki tingkat korelasi sedang yang berada pada rentang  $0,400-0,599$ , nilai korelasi menunjukkan hasil yang positif antara pola asuh otoriter dengan stres akademik. Berdasarkan hasil perhitungan  $r_{xy} = 0,420$  maka pola asuh otoriter memiliki nilai kontribusi 18% dengan stress akademik sedangkan 82% dipengaruhi oleh factor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara Pola Asuh Demokratis dengan Stres Akademik, artinya H1 diterima H0 ditolak dengan perhitungan uji signifikansi terlihat bahwa  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $2,634 > 1,753$ ) dengan nilai signifikansi  $0,018 < 0,05$  dengan koefisien korelasi sebesar  $r = 0,566$  yang memiliki tingkat korelasi sedang yang berada pada rentang  $0,400-0,599$ , nilai korelasi menunjukkan hasil yang positif antara pola asuh demokratis dengan stres akademik. Berdasarkan hasil perhitungan  $r_{xy} = 0,566$  maka

pola asuh demokratis memiliki nilai kontribusi 32 % dengan stres akademik sedangkan 68% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian terhadap siswa kelas XI MIPA SMAN 1 SIDIKALANG T.A 2021/2022, peneliti hendak memberikan saran sebagai berikut:

### 1. Bagi Sekolah

Diharapkan pihak sekolah dapat menjalin kerjasama dengan Orang Tua, Guru BK untuk membuat kebijakan atau keputusan dalam menanggulangi masalah stres akademik yang dialami siswa dan pihak sekolah juga diharapkan mampu sebagai motivator di lingkungan sekolah agar masalah stres akademik dapat terselesaikan karena dukungan dari pihak sekolah.

### 2. Bagi Guru BK

Bagi Guru BK diharapkan mampu memberikan layanan kepada siswa sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh siswa terkhusus masalah stress akademik Guru BK dapat memberikan layanan klasikal, kelompok, layanan individual, dengan membuat materi layanan yang berhubungan dengan cara mengurangi stress akademik yang dialami oleh siswa, Guru BK juga diharapkan melakukan home visit pada orang tua siswa yang menerapkan pola asuh otoriter dan demokratis sehingga melalui home visit orang tua dapat mengetahui masalah yang dialami oleh siswa.

3. Bagi Petugas Pelayanan Kesehatan.

Diharapkan pada petugas kesehatan dapat memberikan layanan edukasi melalui penyuluhan atau pertemuan dengan para orang tua untuk memberikan edukasi mengenai pola pengasuhan yang tepat sesuai dengan kebutuhan anak.

4. Bagi Orang Tua

Diharapkan kepada orang tua agar menerapkan pola asuh yang bersifat fleksibel, luwes dan dapat menyesuaikan kondisi dengan kondisi setiap anak, agar anak tidak merasa tertekan yang menyebabkan siswa mengalami stress.

5. Bagi Responden.

Diharapkan kepada responden hendaknya dapat melibatkan orang tua dalam mengatasi permasalahan yang dialami dan mampu menyatakan isi hati secara jujur dan terbuka agar terhindar dari masalah stres.

6. Bagi peneliti selanjutnya.

Bagi peneliti selanjutnya, apabila ingin meneliti hal yang sama maka peneliti perlu memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi sampel penelitian.