

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil deskriptif variabel stress akademik, dukungan sosial, dan kesejahteraan sekolah menunjukkan hasil sebagai berikut:

- 1) Hasil analisis data penelitian diperoleh bahwa variabel stress akademik pada siswa kelas 12 IPA dan IPS SMA PGRI 1 Bekasi sebagian besar termasuk ke dalam kategorisasi sedang atau sebanyak 165 (69%).
- 2) Hasil analisis data penelitian diperoleh bahwa variabel dukungan sosial pada siswa kelas 12 IPA dan IPS SMA PGRI 1 Bekasi sebagian besar termasuk ke dalam kategorisasi sedang atau sebanyak 161 (67%).
- 3) Hasil analisis data penelitian diperoleh bahwa variabel kesejahteraan sekolah pada siswa kelas 12 IPA dan IPS SMA PGRI 1 Bekasi sebagian besar termasuk ke dalam kategorisasi sedang atau sebanyak 165 (69%).

Berdasarkan hasil analisis dan pendahuluan dapat diperoleh simpulan mengenai hasil penelitian sebagai berikut:

- 1) Terdapat pengaruh negatif signifikan antara stress akademik terhadap kesejahteraan sekolah.
- 2) Terdapat pengaruh positif signifikan antara dukungan sosial terhadap kesejahteraan sekolah.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil analisa yang diperoleh, peneliti menganjurkan saran sebagai berikut:

- 1) Bagi siswa

Peneliti menyarankan remaja dapat mempertahankan kesejahteraan siswa di sekolah yang baik selama proses pembelajaran supaya kegiatan belajar mengajar dapat berjalan secara optimal. Salah satu cara untuk mengoptimalkan kesejahteraan sekolah dapat melakukan manajemen stress agar terhindar dari stress akademik dan mencari sumber dukungan seperti dari orang tua, teman, dan guru.

2) Bagi sekolah

Untuk mencapai suasana kondisi sekolah nyaman dan sejahtera pihak sekolah disarankan untuk terus memperhatikan kondisi siswa dengan menciptakan suasana belajar positif dan suportif secara berkala, seperti menghargai setiap pendapat siswa dan memfasilitasi siswa untuk mengembangkan minat dan bakat agar berkembang baik.

3) Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema serupa diharapkan dapat lebih memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan sekolah contohnya seperti optimisme dan efikasi diri. Selain itu, dapat juga melakukan pengembangan alat ukur lain untuk mencakup lebih banyak variasi responden.