

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan pada variabel stres akademik, kemampuan pemecahan masalah dan kesadaran metakognitif. Dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan uji koefisien korelasi *Pearson Product Moment*, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang tidak kuat dan tidak signifikan antara stres akademik dengan kesadaran metakognitif, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis H_{01} dalam penelitian ini diterima dan hipotesis H_{a1} ditolak.
2. Berdasarkan uji koefisien korelasi *Pearson Product Moment*, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif yang tidak kuat tetapi signifikan antara kemampuan pemecahan masalah dengan kesadaran metakognitif, maka H_{a2} dalam penelitian ini diterima dan H_{02} ditolak.
3. Berdasarkan uji regresi linier sederhana diketahui bahwa stres akademik berpengaruh tidak signifikan dengan kesadaran metakognitif sebesar 0,15% dan variabel kemampuan pemecahan masalah berpengaruh secara signifikan dengan kesadaran metakognitif sebesar 14,1%.

B. Saran

1. Bagi siswa

Siswa diharapkan dapat meningkatkan kesadaran metakognitif nya dalam belajar, dengan cara mencari tahu tentang strategi belajar yang efektif untuk dilakukan, belajar memahami kekurangan dan kelebihan yang dimiliki dalam proses belajar. Dalam penelitian, hal tersebut terbukti berpengaruh pada penurunan tingkat stres akademik dan peningkatan kemampuan pemecahan masalah. Selain itu, siswa juga diharapkan dapat lebih mandiri dalam menyelesaikan permasalahan yang ada sehingga siswa dapat belajar dan melakukan eksplorasi untuk menyelesaikan permasalahan yang ada.

2. Bagi sekolah

Sekolah diharapkan dapat melakukan evaluasi terhadap metode-metode pembelajaran yang efektif dilakukan kepada para siswa. Sehingga siswa dapat lebih memahami materi pelajaran yang disampaikan. Selain itu, sekolah juga dapat memberikan bimbingan kepada para siswa yang memiliki permasalahan dalam bidang akademik melalui guru BK atau kesiswaan sekolah.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat menggali potensi-potensi yang ada pada penelitian terkait kesadaran metakognitif ini karena masih belum banyak penelitian terkait kesadaran metakognitif di Indonesia dan terdapat banyak faktor lain di luar penelitian ini yang masih belum diteliti. Sehingga diharapkan penelitian selanjutnya dapat menjawab faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kesadaran metakognitif. Selain itu, diharapkan penelitian selanjutnya juga dapat menambah sasaran subjek dan tidak hanya di satu lembaga saja.