

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, perhitungan, serta pembahasan yang telah dipaparkan dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Kesejahteraan spiritual pada remaja akhir secara umum berada pada kategori tinggi dengan jumlah responden sebanyak 110 orang (100%). Dukungan sosial yang dirasakan juga berada pada kategori tinggi dengan jumlah responden sebanyak 106 orang (96,4%), sedangkan 4 responden (3,6%) berada pada kategori sedang. Selain itu, kecemasan masa depan pada remaja akhir berada pada kategori tinggi dengan jumlah responden sebanyak 110 orang (100%).
2. Terdapat hubungan antara kesejahteraan spiritual dengan dukungan sosial yang dirasakan pada remaja akhir. Hasil ini menunjukkan bahwa remaja yang memiliki kesejahteraan spiritual yang baik cenderung mampu membangun hubungan interpersonal yang lebih positif sehingga lebih merasakan adanya dukungan dari lingkungan sekitarnya, baik keluarga, teman, maupun *significant others*.
3. Tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial yang dirasakan dengan kecemasan masa depan pada remaja akhir. Dukungan sosial yang diterima dari keluarga, teman sebaya, guru, maupun lingkungan sekitar.
4. Terdapat hubungan antara kesejahteraan spiritual dengan kecemasan masa depan pada remaja akhir. Hal ini menunjukkan bahwa kesejahteraan spiritual menjadi salah satu faktor psikologis yang berkaitan dengan bagaimana remaja memandang dan menghadapi ketidakpastian masa depan.
5. Dukungan sosial yang dirasakan tidak berperan sebagai mediator dalam hubungan antara kesejahteraan spiritual dan kecemasan masa depan pada remaja akhir. Hasil analisis PROCESS Macro dari Hayes

menunjukkan bahwa jalur pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan masa depan (jalur *b*) tidak signifikan, sehingga dukungan sosial belum mampu menjadi mekanisme mediasi (*indirect effect*) dalam model penelitian ini. Dengan demikian, kesejahteraan spiritual terbukti memiliki pengaruh langsung (*direct effect*) terhadap kecemasan masa depan tanpa melalui peran mediasi dukungan sosial. Fenomena ini memberikan gambaran bahwa tingginya dukungan sosial yang dirasakan baik dari orang tua maupun teman sebaya yang diterima oleh remaja akhir, belum menjadi jaminan atau faktor penentu yang dapat memitigasi tingginya kecemasan mereka dalam menghadapi masa depan.

6. Terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan masa depan remaja akhir berdasarkan jenis kelamin, di mana remaja perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi daripada laki-laki.
7. Terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan masa depan berdasarkan peminatan akademik, di mana siswa dengan peminatan akademik IPS menunjukkan tingkat kecemasan masa depan yang lebih tinggi dibandingkan siswa dengan peminatan akademik IPA.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dari data-data yang dikumpulkan di lapangan, peneliti ingin menyampaikan beberapa saran yang diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak yang berkaitan dengan penelitian ini, antara lain:

1. Diharapkan remaja akhir mampu meningkatkan kesejahteraan spiritual melalui pengembangan makna hidup, kedekatan dengan Tuhan, refleksi diri, serta membangun hubungan interpersonal yang positif dengan lingkungan sekitar. Remaja juga diharapkan lebih terbuka dalam mencari dan menerima dukungan sosial dari keluarga,

teman, guru, maupun significant others ketika menghadapi tekanan akademik dan kecemasan mengenai masa depan, sehingga dapat membantu individu mengelola emosi dan mengambil keputusan secara lebih adaptif.

2. Bagi pihak sekolah, guru bimbingan konseling, serta orang tua diharapkan dapat memberikan dukungan emosional, motivasi, dan pendampingan yang lebih optimal kepada remaja akhir, khususnya dalam menghadapi tekanan akademik, persiapan pendidikan lanjutan, dan perencanaan masa depan. Lingkungan yang suportif diharapkan dapat membantu remaja merasa lebih aman, dihargai, dan memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya.
3. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel psikologis lain yang berpotensi memengaruhi kecemasan masa depan, seperti *self-efficacy*, *resilience*, *coping stress*, religiusitas, ataupun regulasi emosi.
4. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas cakupan subjek penelitian, menerapkan desain penelitian longitudinal dengan pendekatan metode campuran (*mixed methods*) untuk menangkap perkembangan tren kecemasan secara statistik sekaligus menggali dinamika psikologis subjek secara lebih mendalam seiring berjalannya waktu, serta mengintegrasikan variabel-variabel relevan lainnya agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif