

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Stres Akademik pada siswa kelas XI SMKN 1 Mojoanyar menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres akademik dengan kategori tinggi.
2. Perilaku Agresif pada siswa kelas XI SMKN 1 Mojoanyar menunjukkan bahwa hampir setengah responden memiliki perilaku agresif dengan kategori tinggi.
3. Ada hubungan antara stres akademik dengan perilaku agresif pada siswa kelas XI SMKN 1 Mojoanyar, dimana semakin tinggi stres akademik yang dialami siswa maka semakin tinggi pula perilaku agresif yang ditunjukkan. Sebaliknya, semakin rendah tingkat stres akademik siswa maka semakin rendah pula kecenderungan munculnya perilaku agresif.

5.2 Saran

1. Bagi Siswa

Perlu adanya peningkatan kemampuan dalam mengelola stres akademik melalui pengaturan waktu belajar, pengendalian emosi, serta pemanfaatan layanan konseling yang tersedia di sekolah. Selain itu, siswa diharapkan dapat membangun hubungan sosial yang positif dan menghindari perilaku agresif dalam berinteraksi dengan teman maupun lingkungan sekitar.

2. Bagi Guru

Diharapkan guru lebih memperhatikan kondisi akademik dan psikologis siswa, memberikan dukungan selama proses pembelajaran, serta membantu siswa dalam

mengatasi kesulitan belajar yang dapat menimbulkan stres akademik. Guru juga perlu melakukan pendekatan secara dini kepada siswa yang menunjukkan tanda-tanda perilaku agresif.

3. Bagi Orang Tua

Disarankan agar orang tua lebih memperhatikan kondisi emosional dan akademik anak, memberikan dukungan serta motivasi selama proses belajar, dan menjalin komunikasi yang terbuka sehingga anak merasa nyaman dalam menyampaikan permasalahan yang dihadapi tanpa melampiaskannya dalam bentuk perilaku agresif.

4. Bagi Sekolah

Disarankan sekolah menyelenggarakan program parenting secara berkala bagi orang tua siswa yang berfokus pada pola pengasuhan remaja, komunikasi yang efektif antara orang tua dan anak, menyusun program pencegahan stres akademik melalui evaluasi beban tugas, jadwal pembelajaran, serta pelaksanaan ujian agar lebih seimbang dengan kemampuan siswa tanpa mengurangi capaian kompetensi, menyelenggarakan kegiatan edukasi mengenai manajemen stres, regulasi emosi, komunikasi yang efektif, serta penyelesaian konflik sebagai upaya meningkatkan kemampuan siswa dalam menghadapi tekanan akademik tanpa melakukan perilaku agresif.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan agar penelitian selanjutnya dilakukan dengan jumlah responden yang lebih besar serta melibatkan sekolah yang berbeda. Selain itu, peneliti dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan perilaku agresif, seperti dukungan keluarga, pola asuh orang tua dan lingkungan pertemanan.

