

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan hasil penelitian maka didapat suatu gambaran mengenai derajat *stress* siswa akselerasi SMA “X” di kota Bandung dengan kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar siswa akselerasi SMA “X” di kota Bandung memiliki derajat *stress* yang berada pada taraf tinggi dan moderat. Terdapat 47,5% siswa yang memiliki derajat *stress* tinggi dan 47,5% siswa yang memiliki derajat *stress* moderat, kemudian 5% sisanya memiliki derajat *stress* yang tergolong rendah.
2. Hasil ini ditunjang dengan data yang memperlihatkan seringkali muncul gangguan-gangguan dalam kehidupan sehari-hari selama siswa menjalankan program akselerasi. Gangguan kesehatan yang meliputi sistem kekebalan tubuh dan munculnya penyakit spesifik tertentu. Pada gangguan psikologis yang meliputi emosi tidak stabil, agresi, dan perasaan tertekan, serta gangguan tingkah laku yang meliputi perubahan kebiasaan makan, merokok/ mengkonsumsi obat, dan menghindari kontak sosial.
3. Semakin sering gangguan kesehatan, psikologis, dan tingkah laku muncul dalam kehidupan siswa akselerasi selama menempuh pendidikan akselerasi maka akan semakin tinggi derajat *stress* yang dimiliki siswa tersebut, begitu pula sebaliknya.

4. Pada siswa akselerasi yang memiliki derajat *stress* tinggi (47,5%) diketahui tidak ada siswa akselerasi yang tidak pernah mengalami gangguan kesehatan dan psikologis, namun masih terdapat 2,5% siswa yang tidak pernah mengalami gangguan tingkah laku.
5. Pada siswa akselerasi yang memiliki derajat *stress* moderat (47,5%), tidak ada siswa yang tidak pernah mengalami gangguan kesehatan dan gangguan psikologis, namun pada gangguan tingkah laku terdapat 45% siswa mengalami gangguan pada frekuensi jarang dan 2,5% siswa tidak pernah mengalami gangguan tingkah laku.
6. Pada siswa akselerasi yang memiliki derajat *stress* rendah tidak ada siswa yang pernah mengalami gangguan kesehatan. Sedangkan pada gangguan psikologis terdapat 2,5% siswa mengalami gangguan pada frekuensi sering, dan 2,5% siswa berada pada frekuensi jarang. Kemudian pada gangguan tingkah laku, 2,5% siswa mengalami gangguan yang berada pada frekuensi sering dan 2,5% siswa tidak pernah mengalami gangguan tingkah laku.
7. Situasi yang paling sering memunculkan gangguan kesehatan, gangguan psikologis dan gangguan tingkah laku adalah ketika siswa akselerasi mendapatkan nilai yang tidak sesuai dengan harapan siswa.
8. Berdasarkan dukungan keluarga, siswa yang memilih kelas akselerasi karena tuntutan orang tua, siswa yang memiliki peluang dimarahi orang tua apabila mendapat nilai yang kurang baik, dan siswa yang tidak diajak liburan oleh orang tua mereka saat hari libur sekolah memiliki derajat *stress* tinggi.
9. Berdasarkan dukungan sekolah, siswa yang menganggap sekolah tidak

memberikan fasilitas penunjang belajar seperti komputer dan laboratorium dan siswa yang menganggap guru lebih memperhatikan siswa akselerasi dibandingkan dengan siswa reguler memiliki derajat *stress* yang tinggi.

10. Berkaitan dengan dukungan teman sebaya, siswa yang tidak mendapatkan bantuan dari teman ketika mengalami kesulitan memahami materi, siswa yang menganggap teman sekelasnya adalah saingan berat, dan siswa yang tidak merasa senang dalam berteman dengan teman sekelasnya memiliki derajat *stress* yang tinggi.

5.2 Saran

Berkaitan dengan kesimpulan yang diperoleh dari penelitian mengenai derajat *stress* pada siswa akselerasi SMA “X” di Kota Bandung, peneliti menyadari masih banyak terdapat kekurangan dalam penelitian ini, maka peneliti memandang perlu mengajukan beberapa saran.

5.2.1 Saran Teoritis

- a. Dapat diteliti lebih jauh berkaitan dengan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi derajat *stress* pada siswa akselerasi.
- b. Dapat diteliti lebih jauh berkaitan dengan sejauh mana peran dari lingkungan sekolah, lingkungan keluarga, dan lingkungan teman sebaya mempengaruhi derajat *stress* siswa akselerasi.
- c. Dapat diteliti lebih spesifik gangguan-gangguan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari yang dapat mengindikasikan hal tersebut sebagai

pengukur derajat *stress* seseorang.

5.2.2 Saran Praktis

- a. Bagi mahasiswa, khususnya yang sedang mengontrak Usulan Penelitian, diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai derajat *stress* pada siswa akselerasi.
- b. Bagi orang tua dan guru siswa akselerasi, diharapkan untuk lebih memahami situasi yang dihadapi siswa selama menempuh studi di kelas akselerasi sehingga orang tua dapat ikut serta membantu siswa dalam menghadapi permasalahan-permasalahan yang ada.
- c. Bagi siswa akselerasi, diharapkan untuk mengenali karakteristik situasi di kelas akselerasi seperti metode pengajaran, standar nilai, interaksi antar siswa, dan lain sebagainya sehingga siswa dapat menilai *stressor* yang akan dihadapi di kelas akselerasi menjadi lebih ringan.