

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh *peer attachment* terhadap stres akademik pada siswa sekolah asrama SMA X, diperoleh kesimpulan bahwa *peer attachment* berpengaruh secara negatif terhadap stres akademik pada siswa sekolah asrama SMA X. Semakin tinggi *peer attachment* siswa maka akan semakin rendah stres akademik yang dirasakan siswa. Hasil penelitian juga menemukan bahwa siswa asrama SMA X memiliki *peer attachment* dan stres akademik kategori sedang.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran metodologis dan praktis yang diajukan peneliti, antara lain:

5.2.1 Saran Metodologis

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijabarkan, maka peneliti mengajukan beberapa saran metodologis untuk penelitian berikutnya, diantaranya:

- a. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mungkin berpengaruh terhadap stres akademik, seperti *self efficacy* dan *hardiness*. Hal ini dapat memberikan wawasan lebih dalam mengenai faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi kemampuan siswa dalam menghadapi stres akademik.

- b. Mengingat penelitian ini hanya berfokus pada siswa sekolah asrama SMA X, penelitian selanjutnya dapat meneliti apakah terdapat perbedaan signifikan antara siswa SMA yang bersekolah asrama dan non-asrama dalam konteks *peer attachment* dan stres akademik. Hal ini akan membantu memahami apakah sekolah asrama berperan dalam membentuk tingkat keterikatan antar teman serta intensitas stres akademik yang dialami siswa.

5.2.2 Saran Praktis

Meskipun *peer attachment* hanya berpengaruh sebesar 8% terhadap stres akademik, temuan ini tetap menunjukkan adanya potensi yang dapat dioptimalkan dalam upaya mengurangi stres akademik pada siswa. Berikut ini beberapa saran praktis yang dapat diterapkan:

a. Bagi Siswa

Untuk mengurangi terjadinya stres akademik pada siswa, diharapkan siswa dapat membangun hubungan erat dengan teman sebaya. Hal ini dapat dilakukan dengan meningkatkan interaksi dan komunikasi yang baik dengan teman sebaya. Dengan begitu, siswa akan memiliki sumber dukungan yang mampu membantu siswa dalam mengatasi masalah akademik yang dihadapi.

b. Bagi Sekolah

Diharapkan pihak sekolah dapat memberikan dukungan untuk meningkatkan *peer attachment* di kalangan siswa. Salah satu langkah yang dapat dilakukan adalah dengan menyelenggarakan kegiatan kelompok yang mendorong terbentuknya hubungan positif antar siswa, seperti program mentoring, kegiatan ekstrakurikuler dan organisasi, serta diskusi kelompok.

Dengan demikian, siswa dapat saling mendukung dalam menghadapi tuntutan akademik.

