

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan efikasi diri dengan resiliensi akademik pada remaja di SMAN 2 Padang, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Nilai tengah efikasi diri pada remaja di SMAN 2 Padang adalah 38,00, di mana berada pada kategori tinggi.
2. Nilai tengah resiliensi akademik pada remaja di SMAN 2 Padang adalah 103,00, di mana berada pada kategori sedang.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan resiliensi akademik pada remaja di SMAN 2 Padang ($p < 0,001$), kekuatan korelasi sedang dan arah korelasi positif (koefisien korelasi 0,546). Artinya semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi pula resiliensi akademik yang dimiliki remaja.

B. Saran

1. Bagi Remaja

Diharapkan remaja SMAN 2 Padang dapat meningkatkan efikasi diri dengan cara lebih percaya terhadap kemampuan diri, berani menghadapi tantangan akademik, serta mengembangkan strategi belajar yang efektif. Selain itu, siswa juga diharapkan mampu mengelola emosi dan stres agar dapat meningkatkan resiliensi akademik dalam menghadapi berbagai tekanan di sekolah.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengembangan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan jiwa, khususnya terkait efikasi diri dan resiliensi akademik pada remaja. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dalam pengembangan intervensi promotif dan preventif yang berfokus pada peningkatan kesehatan mental remaja di lingkungan sekolah. Selain itu, institusi pendidikan keperawatan diharapkan dapat mendorong mahasiswa untuk berperan aktif dalam kegiatan edukasi, konseling, serta pendampingan psikososial guna meningkatkan efikasi diri dan kemampuan adaptasi siswa dalam menghadapi tekanan akademik.

3. Bagi SMAN 2 Padang

Pihak sekolah disarankan untuk lebih memfokuskan layanan bimbingan dan konseling pada siswa yang memiliki efikasi diri rendah serta kurang mampu bertahan dalam menghadapi kesulitan akademik. Guru Bimbingan Konseling dapat memberikan intervensi berupa bimbingan kelompok maupun konseling individu yang bertujuan untuk meningkatkan keyakinan diri siswa, kemampuan problem solving, serta strategi coping yang adaptif. Selain itu, guru mata pelajaran dan wali kelas diharapkan dapat memberikan pendampingan selama proses pembelajaran, serta memberikan umpan balik yang positif dan berfokus pada usaha siswa. Hal ini bertujuan agar siswa lebih percaya diri, tidak mudah menyerah, serta mampu meningkatkan resiliensi akademik dalam menghadapi berbagai tantangan belajar.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang berpotensi berhubungan dengan resiliensi akademik, seperti dukungan sosial, motivasi belajar, regulasi diri, serta lingkungan keluarga. Selain itu, penggunaan desain penelitian longitudinal atau metode kualitatif dapat dipertimbangkan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika resiliensi akademik pada remaja. Penelitian selanjutnya juga diharapkan dapat menggunakan jumlah sampel yang lebih besar dan cakupan wilayah yang lebih luas agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan dengan lebih baik.

