

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan analisis hasil penelitian yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh stres akademik yang signifikan terhadap motivasi pada siswa SMA dalam pembelajaran daring selama pandemi COVID-19. Besar pengaruh stres akademik terhadap motivasi yaitu 7%, dan sisanya sebesar 93% ditentukan oleh faktor lain yang tidak diikutsertakan dalam penelitian ini. Stres akademik berkontribusi menurunkan motivasi pada siswa SMA dalam pembelajaran daring selama pandemi COVID-19.

5.2 Saran

Terdapat beberapa saran peneliti untuk dijadikan pertimbangan oleh berbagai pihak:

5.2.1 Saran Metodologis

1. Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti variabel motivasi pada siswa SMA, disarankan untuk melakukan penelitian pada faktor lain yang berhubungan dengan motivasi.
2. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan teknik *random sampling* untuk mendapatkan sampel penelitian yang lebih representatif, dan mengurangi bias sampel penelitian.

3. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan ukuran sampel yang lebih besar agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih umum.

5.2.2 Saran Praktis

1. Guru diharapkan dapat:
 - a. Menciptakan metode belajar-mengajar yang dapat memudahkan siswa SMA dalam memahami materi pembelajaran daring. Kondisi sulit memahami materi pembelajaran adalah salahsatu sumber stres akademik yang beresiko dapat menurunkan motivasi pada siswa SMA.
 - b. Mempertimbangkan jumlah dan tingkat kesulitan tugas siswa dengan mengacu kepada kemampuan akademik siswa selama pembelajaran daring. Tugas yang sulit untuk dikerjakan dapat menjadi sumber stres akademik yang dapat menurunkan motivasi pada siswa SMA.
2. Bagi siswa SMA yang mengikuti pembelajaran daring, peneliti menyarankan untuk meningkatkan kemampuan mengelola stres akademik. Siswa dapat meluangkan waktu untuk beristirahat, membentuk lingkungan yang positif, serta siswa dapat berdiskusi mengenai permasalahan akademik yang dihadapi kepada orang terdekat. Hal ini penting dilakukan untuk menurunkan stres akademik yang memengaruhi motivasi pada siswa.