

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. *Hardiness* siswa kelas XI SMA Negeri 1 kota Jambi pada masa pandemi Covid-19 berada kategori rendah dengan persentase 32,6%. *Commitment* siswa kelas XI SMA Negeri 1 kota Jambi berada pada kategori rendah dengan persentase sebesar 36,3% . *Control* siswa kelas XI SMA Negeri 1 kota Jambi berada pada kategori rendah dengan persentase 38,4%. *Challenge* siswa kelas XI SMA Negeri 1 kota Jambi berada pada kategori rendah dengan persentase 37,3%
2. *Academic burnout* siswa kelas XI SMA Negeri 1 kota Jambi pada masa pandemi Covid-19 berada pada kategori sedang dengan persentase 40%. *Exhaustion* siswa kelas XI SMA Negeri 1 kota Jambi berada pada kategori sedang dengan persentase 38,4%. *Cynicism* siswa kelas XI SMA Negeri 1 kota Jambi berada pada kategori sedang dengan persentase 43,2% . *Ineffectiveness* siswa kelas XI SMA Negeri 1 kota Jambi berada pada kategori sedang dengan persentase 37,9%
3. Terdapat hubungan negatif antara *hardiness* dengan *academic burnout* siswa kelas XI SMA Negeri 1 kota Jambi pada masa pandemi Covid-19 dengan $r = -0,617$ serta $p \text{ value} < 0,01$.
4. Tidak terdapat perbedaan *hardiness* siswa kelas XI SMA Negeri 1 kota Jambi pada masa pandemi Covid-19 jika ditinjau dari jenis kelamin dengan $p \text{ value} > 0,05$.
5. Tidak terdapat perbedaan *academic burnout* siswa kelas XI SMA Negeri 1 kota Jambi pada masa pandemi Covid-19 jika ditinjau dari jenis kelamin dengan $p \text{ value} > 0,05$.
6. Terdapat perbedaan *hardiness* siswa kelas XI SMA Negeri 1 kota Jambi pada masa pandemi Covid-19 jika ditinjau dari jurusan dengan $p \text{ value} < 0,05$

7. Terdapat perbedaan *academic burnout* siswa kelas XI SMA Negeri 1 kota Jambi pada masa pandemi Covid-19 jika ditinjau dari jurusan dengan p value $<0,05$.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti memberikan saran yang ditujukan kepada beberapa pihak, yaitu :

1. Untuk Guru dan Pihak Sekolah Secara Umum

Diharapkan guru selalu menjaga kesehatan, dengan hal ini guru dapat memotivasi, memberikan semangat, dan memberikan pengetahuan yang luas namun dengan beban tugas yang sesuai. Selain itu diharapkan guru meningkatkan kreativitas sewaktu mengajar dalam situasi apapun agar setelah pandemi berakhir dapat menarik perhatian siswanya terhadap pembelajaran yang sedang dihadapi. Selanjutnya, terkhusus guru BK diharapkan selalu terbuka dan selalu siap memberi layanan konseling kepada siswanya. Untuk Pihak sekolah seperti kepala sekolah dll. juga diharapkan tidak hanya memenuhi kebutuhan pendidikan saja tetapi juga mengadakan program kesehatan mental untuk siswanya melalui media apapun.

2. Untuk Orang Tua

Kepada orang tua diharapkan dapat selalu memberikan dukungan dalam bentuk perhatian kepada anaknya, baik perhatian secara materiil maupun secara psikologis dalam situasi apapun.

3. Untuk Siswa

Kepada siswa diharapkan mampu mengontrol diri, meningkatkan komitmen, berpikir positif, menjaga kesehatan, menjalani hobi yang positif, menganggap perubahan sebagai hal yang menantang, lebih terbuka, serta

produktif pada masa pandemi Covid-19 . Selain itu siswa diharapkan dapat mempertahankan minat belajar serta tetap memiliki tekad menjalani pendidikan dalam situasi apapun.

4. Untuk Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini memiliki keterbatasan, sehingga untuk peneliti selanjutnya kalau ada peluang diharapkan dapat menggali variabel lainnya yang dapat dikaitkan dengan *hardiness* maupun *academic burnout*. Awalnya peneliti akan mengaitkannya juga dengan prestasi belajar namun pihak sekolah tidak mengizinkan. Hal ini dikarenakan khusus nilai tidak bisa diberikan untuk penelitian serta menjadi rahasia sekolah, namun *burnout* sangat erat kaitannya dengan mental pelajar yang berdampak pada kinerja akademik dari siswa tersebut. Selama pandemi psikis dan mental pelajar sangat terganggu serta didasarkan pada informasi dari guru BK nilai siswa rata-rata dibantu. Dalam artian itu bukan lah nilai asli mereka, sehingga psikis dari siswa seperti *hardiness* dan *burnout* tidak ada salahnya untuk diteliti.

Jikalau ada peluang dan kesempatan, peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas daerah responden penelitian. Penelitian ini kurang dapat digeneralisasikan pada jangkauan yang lebih luas karena subjek yang digunakan pada penelitian ini terbatas pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 kota Jambi saja. Selain itu untuk peneliti selanjutnya diharapkan pengambilan data secara langsung untuk melihat kejujuran dari subjek selama pengisian kuesioner.