

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Simpulan merupakan hasil dari penelitian yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian, berikut simpulan yang didapat oleh peneliti:

1. Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan didapatkan bahwasanya *Grit* memiliki pengaruh terhadap Stres Akademik Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro Tabalong yang dimana ditunjukkan nilai R square pada uji regresi linier sebesar 0,042 atau 4,2%. Sedangkan 95,8% yang dapat menimbulkan Stres Akademik santri dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti. *Grit* memiliki peran yang dominan dalam membentuk Stres Akademik Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro Tabalong ditunjukkan pada F hitung sebesar 6,719 dengan tingkat signifikansi $0,010 < 0,05$ maka terdapat pengaruh antara variabel *grit* dan stres akademik. sedangkan nilai koefisien regresinya sebesar -0,207 yang dimana dengan ini menyatakan setiap penambahan 1% nilai *grit* maka nilai stres akademik bertambah sebesar -0,207. Koefisien regresi bernilai negatif. Berdasarkan nilai tersebut ditarik kesimpulan variabel *grit* (X) berpengaruh negatif terhadap stres akademik (Y_1).
2. Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan didapatkan bahwasanya *Grit* memiliki pengaruh terhadap Penyesuaian Diri Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro Tabalong yang dimana ditunjukkan nilai R square pada uji regresi linier sebesar 0,229 artinya variabel *grit* berpengaruh terhadap penyesuaian diri sebesar 22,9%. Sedangkan 77,1% berasal dari variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. *Grit* memiliki pengaruh yang dominan dalam membentuk Penyesuaian Diri Santri

Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro Tabalong ditunjukkan pada Koefisien regresi bernilai positif sehingga arah pengaruh variabel *grit* (X) terhadap penyesuaian diri (Y₂) memiliki pengaruh positif. Berdasarkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat ditarik kesimpulan terdapat pengaruh antar variabel *grit* dan variabel penyesuaian diri. Sedangkan nilai koefisien regresinya sebesar 0,853 yang dimana dengan ini menyatakan setiap penambahan 1% nilai *grit* maka nilai penyesuaian diri bertambah sebesar 0,853. Koefisien regresi bernilai positif sehingga variabel *grit* (X) berpengaruh positif terhadap penyesuaian diri (Y₂).

3. Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan didapatkan bahwasanya Stres Akademik memiliki pengaruh terhadap Penyesuaian Diri Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro Tabalong yang dimana ditunjukkan nilai R square pada uji regresi linier dengan nilai untuk koefisien determinasi nya (R Square) sebesar 0,023 artinya variabel stres akademik berpengaruh terhadap penyesuaian diri sebesar 2,3%. Stres akademik memiliki pengaruh yang dominan dalam membentuk Penyesuaian Diri Santri Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Al Madaniyah Jaro Tabalong ditunjukkan pada Koefisien regresi bernilai negatif sehingga arah pengaruh variabel Stres Akademik (Y₁) terhadap penyesuaian diri (Y₂) memiliki pengaruh negatif. Berdasarkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat ditarik kesimpulan terdapat pengaruh antar variabel stres akademik dan variabel penyesuaian diri. Berdasarkan sedangkan nilai koefisien regresinya sebesar -0,057 yang dimana dengan ini menyatakan setiap penambahan 1% nilai stres akademik maka nilai penyesuaian diri bertambah sebesar 0,057. Koefisien regresi bernilai negatif. Sehingga dapat ditarik kesimpulan variabel stres akademik (Y₁) berpengaruh negatif terhadap penyesuaian diri (Y₂).

B. Rekomendasi

Rekomendasi digunakan sebagai masukan dan saran peneliti kepada subjek, peneliti selanjutnya dan kepada narasumber lainnya, berikut rekomendasi yang diberikan peneliti:

1. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan untuk melakukan pendekatan kualitatif guna mengetahui faktor penyebab terjadinya 3 variabel penelitian ini pada santri. Kemudian bisa dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh variabel penyesuaian diri terhadap stres akademik hal ini dikarenakan dari salah satu indikator yang diangkat memiliki hubungan sehingga menarik untuk diteliti lebih lanjut.
2. Untuk Ustadz/Ustadzah disarankan untuk dapat membantu santri mengembangkan *grit*, memberikan fasilitas konseling pada santri guna membantu santri memetakan minat dan bakat santri, dan santri juga perlu diberikan pemahaman yang baik bahwasanya belajar bukan hanya tentang nilai melainkan tentang pemahaman dan penerapan ilmu yang telah dipelajari agar tingkat stres akademik tidak meningkat. Untuk tingkat penyesuaian diri santri sudah baik tinggal bagaimana tetap menjaga harmonisasi di dalam lingkungan pondok.
3. Untuk para santri disarankan untuk dapat menjaga niat dan tujuan awal untuk menetapkan pilihan belajar di pondok pesantren hal ini agar *grit* yang dimiliki tetap ada di dalam diri, sehingga baik proses belajar hingga proses penerapan dalam kehidupan sehari-hari dapat lebih bermakna. Kemudian disarankan agar lebih menjalin komunikasi yang baik dengan para ustadz/ustadzah agar permasalahan yang dihadapi dapat terkomunikasikan dan teratasi dengan baik. Dan tidak perlu khawatir dengan nilai yang didapat, fokus kepada proses belajar dan pemahaman agar hasil yang didapat bukan sekedar nilai di atas kertas saja.