

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang telah peneliti laksanakan dapat disimpulkan bahwa pengaruh sikap tawakal terhadap kesehatan mental-kecemasan pada peserta didik di Madrasah Aliyah Negeri 5 Kediri sebagai berikut:

1. “Terdapat pengaruh antara sikap tawakal terhadap kesehatan mental-kecemasan pada peserta didik di MAN 5 Kediri, karena nilai signifikansi pada uji regresi linear sederhana < 0.05 ”. Kemudian pada uji t bernilai negatif yang berarti semakin tinggi sikap tawakal maka akan diikuti kecemasan yang rendah, begitupula sebaliknya.
2. Pada besaran pengaruh antara sikap tawakal dan kecemasan adalah sebesar 45,2%, sedangkan 54,8% kecemasan dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti. Untuk nilai korelasi/hubungan (R) yaitu sebesar 0,672, yang menunjukkan hubungan antara sikap tawakal dengan kecemasan adalah kuat.

B. Saran

1. Bagi peserta didik dapat menjadi masukan agar menanamkan sikap tawakal kepada Allah Swt dan menerapkannya agar dapat mengatasi masalah kesehatan mental yang berkaitan dengan kecemasan disekolah maupun lingkungan rumah.

2. Bagi sekolah dapat menjadi solusi dalam usaha pembentukan peserta didik yang stabil mentalnya yang dapat terhindar dari masalah kecemasan dan memiliki sikap tawakal yang baik dalam segala hal.
3. Bagi penelitian yang lain dapat dijadikan sebagai bahan penelitian untuk tema yang sama dengan lebih memperdalam metode penelitian, analisis statistik, pengumpulan data, dan penggunaan instrumen yang lebih sesuai. Serta dapat meneliti faktor lain yang mempengaruhi kecemasan seperti hanya peneliti-peneliti yang lain agar penelitian mengenai hal ini lebih baik lagi dikemudian.