

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka kesimpulan yang peneliti dapatkan adalah terdapat korelasi negatif yang signifikan antara *school well-being* dengan kecemasan akademik pada mahasiswa IAIN Kediri. Pernyataan ini dapat diartikan bahwa hipotesis yang dikemukakan peneliti dapat diterima. Sedangkan koefisien korelasi penelitian ini adalah -0,653. Hal tersebut berarti bahwa *school well-being* memberikan sumbangan efektif sebesar 42,6% pada kecemasan akademik, sedangkan sisanya 67,4% ditentukan oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

B. Saran

1. Untuk Subjek Penelitian

Bagi subjek penelitian, sesuai hasil penelitian untuk meningkatkan *school well-being* dapat ditempuh dengan cara mengurangi kecemasan akademik. Mahasiswa hendaknya mampu mengurangi perasaan cemas dengan berkonsultasi kepada dosen pengampu mata kuliah atau pembimbing akademik mengenai kecemasan yang dialami, sehingga mahasiswa mampu meningkatkan *school well-beingnya*

2. Untuk Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian dengan topik yang sama dalam penelitian ini, diharapkan lebih berani mengupas lebih dalam, tajam, dan spesifik tentang aspek *school well-being* yang mempengaruhi terjadinya perilaku kecemasan akademik. Dalam pembuatan skala pengukuran, diharapkan peneliti selanjutnya lebih tajam dalam observasi dan wawancara dengan subyek penelitian karena antara tempat penelitian yang satu dengan yang lain pasti terdapat perbedaan kasus tentang *school well-being*. Diharapkan peneliti selanjutnya mampu membuat skala *school well-being* dan kecemasan akademik secara gamblang, jelas, dan relevan dengan kondisi tempat penelitian.

3. Untuk Pihak Kampus

Untuk pihak kampus diharapkan untuk mengadakan evaluasi tentang kebutuhan dasar apa saja yang belum terpenuhi (kebutuhan akan kondisi kampus, kebutuhan akan hubungan sosial, kebutuhan akan pemenuhan diri, dan kebutuhan akan status kesehatan) sehingga dapat meminimalisir terjadinya kecemasan akademik pada mahasiswa. Misalnya pihak kampus memberikan angket evaluasi kepada mahasiswa yang berisi tentang kebutuhan-kebutuhan dasar mana yang sudah terpenuhi dan kurang terpenuhi. Selain itu, dapat juga diadakan kegiatan seperti sarasehan yang bertujuan untuk mengetahui kekurangan dan kelebihan selama proses pembelajaran di kampus.

Dengan adanya komunikasi dua arah antara pihak kampus dan mahasiswa tersebut, maka pihak kampus akan dapat mengevaluasi kebutuhan-kebutuhan dasar apa yang sudah dan belum terpenuhi. Evaluasi terhadap kebutuhan ini diharapkan dapat meminimalisir terjadinya perilaku kecemasan akademik, serta meningkatkan *school well-being* pada mahasiswa.