

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1. Simpulan

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk menerima, menilai, dan mengekspresikan emosi, kemudian menggunakan emosi untuk memfasilitasi pikiran, memahami dan menganalisis emosi, serta merefleksikan regulasi emosi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada remaja di asrama Filiz dapat diketahui bahwa secara umum kecerdasan emosional remaja di asrama Filiz berada pada kategori *competent* yang berarti bahwa remaja memiliki keterampilan yang cukup untuk memahami dan mengekspresikan emosi, menggunakan emosi untuk mengarahkan pikiran, mampu memanfaatkan perubahan suasana hati, serta cukup mampu untuk memahami dan menggunakan pengetahuan emosi. Hal ini menunjukkan bahwa remaja di asrama Filiz sudah memiliki kemampuan kecerdasan emosional yang baik, namun masih harus ditingkatkan untuk mencapai kategori *high performance*. Remaja yang berada pada kategori *high performance* memiliki kemampuan untuk regulasi atau pengaturan emosi secara sadar dan reflektif, mampu terbuka terhadap perasaan menyenangkan dan tidak menyenangkan, serta mampu memantau emosi secara reflektif (mengenali pengaruh suatu emosi).

Pengembangan rancangan bimbingan kelompok berbasis media BK ini diharapkan dapat meningkatkan kecerdasan emosional remaja pada setiap dimensi kecerdasan emosional. Layanan ini secara khusus dirancang untuk remaja di asrama Filiz berdasarkan hasil penelitian. Remaja dengan bantuan bimbingan dari kakak pembina asrama diharapkan mampu meningkatkan kecerdasan emosional melalui beberapa layanan bimbingan kelompok berbasis media BK yang sudah dirancang, seperti “*The Emotion Puppet*”, “*Hand Palm Sign*”, “*Massages to The Other Using Talking Chips*”, dan “*The Clover of Success*”. Media BK digunakan sebagai alat yang dapat menunjang efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan asumsi dapat meningkatkan kecerdasan emosionalnya, membangun dinamika kelompok, serta meningkatkan kreativitas remaja di asrama Filiz.

5.2. Rekomendasi

Berikut adalah beberapa rekomendasi dari hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai upaya untuk meningkatkan kecerdasan emosional remaja.

5.2.1. Pembina Asrama Filiz

Pada penelitian ini pembina asrama Filiz berperan sebagai pembimbing yang mengimplementasikan layanan bimbingan kelompok perlu memahami dasar-dasar bimbingan kelompok dan memahami isi booklet untuk bisa memberikan arahan yang sesuai, sehingga mampu mengimplementasikan layanan bimbingan kelompok berbasis media BK ini dengan baik. Selain itu, pembina asrama juga perlu memiliki pengetahuan kecerdasan emosional yang baik agar mampu meningkatkan kecerdasan emosional. Layanan ini menggunakan beberapa media BK yang perlu disiapkan oleh pembina asrama Filiz sehingga tujuan layanan tercapai secara maksimal.

5.2.2. Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini terbatas pada rancangan layanan bimbingan kelompok saja, sehingga diharapkan pada penelitian selanjutnya dapat mengimplikasikan dan menguji efektifitas layanan bimbingan kelompok berbasis media BK untuk meningkatkan kecerdasan emosional ini pada remaja di asrama Filiz. Kemudian, pada penelitian selanjutnya juga dapat mengukur kecerdasan emosional pada tahap perkembangan lainnya seperti anak dan dewasa, atau berdasarkan analisis demografis lainnya (jenis kelamin, etnis, dan lain-lain). Lalu, penelitian yang tertarik dengan topik kecerdasan emosional dapat menggunakan teori kecerdasan emosional lain untuk menunjukkan pembaharuan.

5.2.3. Guru BK di Sekolah

Rancangan layanan bimbingan kelompok berbasis media BK untuk meningkatkan kecerdasan emosional ini dapat dilakukan dalam setting kelas oleh guru BK di sekolah dengan menggunakan berbagai teknik dan strategi bimbingan kelompok, sehingga tujuan dan hasil layanan dapat mencapai keberhasilan secara optimal. Selain itu, guru BK juga sudah memahami dasar layanan bimbingan untuk memudahkan layanan bimbingan kelompok berbasis media BK dapat diimplementasikan. Guru BK juga dapat melakukan kerja sama dengan *stakeholder* dan orang tua siswa untuk menindaklanjuti hasil layanan.