BAB V
KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian dapat dirumuskan kesimpulan sebagai berikut.

1. Secara umum stabilitas emosi peserta didik kelas XI SMA Angkasa Lanud Husein Sastranegara Bandung Tahun Ajaran 2012/2013 dari jumlah sampel 174 peserta didik, secara umum pencapaian aspek-aspek stabilitas emosi jika diurutkan dari yang tertinggi sampai dengan yang terendah ialah sebagai berikut: aspek mengendalikan emosi, aspek mengungkapkan emosi, aspek menyesuaikan perasaan dengan stimulus dan aspek kemampuan menyelesaikan masalah.

   Stabilitas emosi peserta didik kelas XI SMA Angkasa Lanud Husein Sastranegara Bandung Tahun Ajaran 2012/2013, aspek mengendalikan emosi berada pada kategori tinggi, Artinya peserta didik yang termasuk kategori mengendalikan emosi tinggi memiliki kemampuan mengendalikan emosi yang tinggi. peserta didik yang mampu memahami emosi dasar yaitu marah, takut dan cinta; mampu menunjukkan emosi yang dirasakan tanpa berlebihan; dan mampu mengatasi dorongan emosi dengan melakukan kegiatan yang positif.

   Stabilitas emosi peserta didik kelas XI SMA Angkasa Lanud Husein Sastranegara Bandung Tahun Ajaran 2012/2013, aspek mengungkapkan emosi berada pada kategori tinggi, yang berarti peserta didik berada pada kategori tinggi memiliki kemampuan mengungkapkan emosi yang tinggi dengan menampilkan kemampuan menyatakan emosi takut, marah dan cinta tanpa menimbulkan konflik dengan orang lain.

   Stabilitas emosi peserta didik kelas XI SMA Angkasa Lanud Husein Sastranegara Bandung Tahun Ajaran 2012/2013, aspek kemampuan menyelesaikan masalah berada pada kategori sedang artinya peserta didik

Ratih Pertiwi, 2013
Program Hipotetik Program Bimbingan Dan Konseling Pribadi Untuk Meningkatkan Stabilitas Ekonomi
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

memiliki kemampuan menyelesaikan masalah dalam kategori sedang. Ditampilkan dengan menyelesaikan masalah dengan bantuan orang lain. Stabilitas emosi peserta didik kelas XI SMA Angkasa Lanud Husein Sastranegara Bandung Tahun Ajaran 2012/2013, aspek kemampuan menyesuaikan perasaan dengan stimulus berada pada kategori tinggi artinya peserta didik mampu mengerti perasaan orang lain; dan mampu mengekspresikan emosi sesuai dengan situasi emosional yang terjadi.

2. Program bimbingan dan konseling pribadi untuk meningkatkan stabilitas emosi peserta didik yang disusun berdasarkan komponen-komponen seperti rasional program, visi dan misi, dasar dan landasan operasional, deskripsi kebutuhan, tujuan, komponen program, personel yang dilibatkan, rencana operasional, pengembangan tema, pengembangan satuan layanan, waktu pelaksanaan, sarana dan prasarana, serta evaluasi. Secara keseluruhan setiap aspek dan indikator stabilitas emosi peserta didik dijadikan landasan pengembangan program yang diberikan melalui layanan dasar bimbingan, layanan responsif, layanan perencanaan individual dan dukungan sistem, dengan materi yang telah disesuaikan dengan hasil analisis kebutuhan peserta didik Kelas XI SMA Angkasa Lanud Husein Sastranegara Bandung Tahun Ajaran 2012/2013.

B. Rekomendasi

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling
   a. Guru BK menjadikan program hipotetik bimbingan dan konseling pribadi untuk meningkatkan stabilitas emosi peserta didik kelas XI Tahun Ajaran 2012/2013 sebagai pedoman untuk membantu meningkatkan stabilitas emosi peserta didik.
   b. Instrumen stabilitas emosi yang telah dilakukan uji kelayakan dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk mengungkap stabilitas emosi peserta didik SMA Angkasa Lanud Husein Sastranegara Bandung.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya
   a. Membandingkan gambaran umum stabilitas emosi pada remaja awal dan remaja akhir, sehingga gambaran yang dihasilkan dapat lebih luas dan menyeluruh.
   b. Peneliti selanjutnya dapat melakukan uji coba program bimbingan dan konseling pribadi untuk meningkatkan stabilitas emosi peserta didik menjadi program komprehensif.
   c. Aspek-aspek yang pada teori Goleman (2009:403), aspek-aspek yang belum diteliti dapat dijadikan rekomendasi untuk penelitian selanjutnya.