

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bagian sebelumnya, ada beberapa hal yang dapat ditelaah sebagai bahan kesimpulan dari penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil analisis data penelitian, disimpulkan gambaran umum kemampuan mengelola emosi marah peserta didik kelas XI TP (Teknik Pemesinan) SMKN 2 Kota Bandung Tahun Ajaran 2017/2018, secara keseluruhan berada pada kategori sedang. Artinya siswa dengan kategori sedang masih ada yang menunjukkan perilaku yang belum bisa mengenali, meredakan emosi marah, serta masih belum bisa meluapkan emosi secara asertif. Namun siswa masih dapat mengendalikan emosi marah, yang ditunjukkan dengan siswa mengatur emosinya serta menjaga keseimbangan emosi, sehingga emosi marah tidak berlebihan dan pada intensitas yang tinggi.
2. Berdasarkan hasil analisis data penelitian, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kemampuan pengelolaan emosi marah pada peserta didik perempuan dan laki-laki di kelas XI TP SMKN 2 Kota Bandung. Peserta didik perempuan dan laki-laki memiliki kemampuan pengelolaan emosi marah yang hampir sama, hanya saja perempuan lebih ekspresif saat mengutarakan emosinya.
3. Layanan bimbingan dan konseling pribadi sosial yang dikembangkan didasarkan dari hasil penelitian melalui gambaran umum kemampuan pengelolaan emosi marah yang telah diperoleh. Layanan bimbingan pribadi dan sosial melalui teknik *anger management* untuk meningkatkan kemampuan pengelolaan emosi marah siswa.

5.2 Rekomendasi

Berdasarkan simpulan dari temuan penelitian mengenai kemampuan pengelolaan emosi marah peserta didik kelas XI TP SMKN 2 Kota Bandung Tahun Ajaran 2017/2018, maka dikemukakan beberapa rekomendasi yang semoga bermanfaat untuk kedepannya sebagai berikut :

5.2.1 Pihak Sekolah (Guru Bimbingan dan Konseling)

Rekomendasi bagi pihak sekolah adalah memfasilitasi pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling khususnya dalam bidang pribadi sosial sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan pengelolaan emosi marah siswa. Kemudian pihak sekolah perlu melakukan upaya pemantauan, evaluasi, dan tindak lanjut dari layanan bimbingan dan konseling pribadi sosial yang diberikan agar bimbingan dan konseling yang diberikan dapat secara efektif membantu siswa meningkatkan kemampuan pengelolaan emosi marah siswa. Guru bimbingan dan konseling dapat mengimplementasikan rancangan program bimbingan dan konseling pribadi sosial di sekolah untuk meningkatkan kemampuan pengelolaan emosi marah siswa.

5.2.2 Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya direkomendasikan untuk meneliti variabel lain yang dapat dihubungkan dengan kemampuan pengelolaan emosi marah, seperti pengaruh faktor lingkungan, atau *peer group* (kelompok teman sebaya) terhadap kemampuan pengelolaan emosi marah, karena kemampuan pengelolaan emosi marah salah satu nya dipengaruhi oleh faktor lingkungan.