

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

BAB V merupakan penutup yang berisi simpulan keseluruhan hasil penelitian serta implikasi dan rekomendasi guna untuk menafsirkan dan memberikan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan dan pembahasan penelitian.

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kecenderungan stabilitas emosi remaja pada peserta didik IPA dan peserta didik IPS di SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2017/2018, maka peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Peserta didik IPA dan peserta didik IPS di SMA Negeri 1 Garut cenderung memiliki stabilitas emosi dengan kategori sedang. Hal tersebut ditandai dengan kemampuan peserta didik dalam menahan rasa marah dan rasa tangis sesuai dengan situasi ia saat itu. Selain itu, bagi peserta didik IPA maupun peserta didik IPS yang memiliki stabilitas emosi sedang, berarti mereka sudah mampu menahan diri sejauh situasi dan kondisi yang mendukungnya.
- 2) Secara umum, stabilitas emosi didukung dengan beberapa dimensi berikut.

- a. Pesimis

Dimensi pesimis peserta didik IPA dan peserta didik IPS cenderung berada pada kategori sedang. Artinya, dimensi pesimis peserta didik IPA dan peserta didik IPS di SMA Negeri 1 Garut masih berada dalam batas aman, sehingga peserta didik masih dapat menghargai diri sendiri dan menggantungkan hidupnya pada diri sendiri walaupun tertutup dan merasa kecewa pada apa yang dilakukannya sehingga menimbulkan rasa untuk menyalahkan diri sendiri.

- b. Optimis

Dimensi optimis yang dimiliki peserta didik IPA dan peserta didik IPS cenderung berada pada kategori sedang. Artinya, dimensi optimis peserta didik IPA dan peserta didik IPS di SMA Negeri 1 Garut cukup baik, karena peserta didik dapat memandang hidup dengan positif, mempunyai tujuan hidup yang cukup baik, dapat menghargai diri sendiri dan tidak takut jika mendapatkan suatu kegagalan.

c. **Kegelisahan**

Diketahui, dimensi kegelisahan peserta didik IPA dan peserta didik IPS berada pada kategori sedang. Artinya, dimensi kegelisahan peserta didik IPA dan peserta didik IPS masih dalam batas wajar, karena kegelisahan yang dirasakan berupa kecemasan apabila dibandingkan dengan orang lain dan kegelisahan dalam mengekspresikan rasa yang peserta didik alami ketika menghadapi masalah seperti mudah berburuk sangka; sulit mengambil keputusan yang masuk akal; dan merasa gelisah apabila masalah yang dihadapi tidak dapat diselesaikan sesuai dengan harapan.

d. **Ketenangan**

Ketenangan peserta didik IPA dan peserta didik IPS berada pada kategori sedang. Artinya dimensi ketenangan yang dimiliki peserta didik IPA dan peserta didik IPS di SMA Negeri 1 Garut cukup baik, karena peserta didik sudah memiliki rasa tenang ketika mendapatkan suatu masalah, dan mengetahui cara menenangkan diri ketika masalah itu muncul dalam dirinya seperti berpikir positif dan berpikir jernih.

e. **Toleransi**

Pada dimensi toleransi, peserta didik IPA dan peserta didik IPS cenderung memiliki toleransi yang sedang. Artinya, dimensi toleransi peserta didik IPA dan peserta didik IPS di SMA Negeri 1 Garut cukup baik, karena peserta didik sudah dapat memunculkan sikap toleransi dalam emosi yang dimiliki ketika memiliki masalah walaupun tidak dapat dengan mudah untuk mengekspresikan emosi yang dimiliki secara langsung

f. **Agresi**

Dalam dimensi agresi yang telah diteliti, didapatkan bahwa peserta didik IPA dan peserta didik IPS berada dalam kategori sedang. Artinya, dimensi agresi peserta didik IPA dan peserta didik IPS di SMA Negeri 1 Garut masih dalam kategori wajar karena sikap agresi yang peserta didik miliki hanya sebatas mengekspresikan emosinya secara langsung ataupun tidak langsung seperti berkata kasar ketika marah, dan mempunyai keinginan untuk balas dendam jika ada orang yang telah menyakiti hati.

g. Ketergantungan

Ketergantungan peserta didik IPA dan peserta didik IPS cenderung berada pada kategori sedang. Artinya, dimensi ketergantungan peserta didik IPA dan peserta didik IPS di SMA Negeri 1 Garut dalam hal ini masih dalam batas wajar karena ketergantungan yang dimiliki berupa tidak dapat melakukan kemandirian dalam bertindak seperti tidak dapat mengerjakan tugas tanpa bantuan teman, mudah menyerah, dan tidak percaya diri jika tugas yang dikerjakan tidak mendapatkan pendapat dari orang lain.

h. Otonomi

Dimensi otonomi peserta didik IPA dan peserta didik IPS cenderung berada pada kategori sedang. Artinya, dimensi otonomi peserta didik IPA dan peserta didik IPS di SMA Negeri 1 Garut cukup baik, karena peserta didik sudah memulai untuk dapat melakukan kemandirian dalam bertindak seperti dapat membuat keputusan sendiri dan mengambil tindakan realistis dalam menyelesaikan masalah sendiri, serta memiliki rasa percaya diri yang baik sehingga tidak membutuhkan bantuan teman atau orang lain dalam segala hal.

i. Empati

Empati yang dimiliki peserta didik IPA dan peserta didik IPS berada cenderung berada dalam kategori sedang. Artinya, dimensi empati peserta didik IPA dan peserta didik IPS di SMA Negeri 1 Garut belum stabil, karena peserta didik sudah mulai memiliki perasaan untuk memikirkan perasaan orang lain seperti merasa sedih ketika ada teman

yang sakit, serta sudah mulai memunculkan rasa peduli dan perhatian kepada orang lain.

j. **Apatis**

Sikap apatis pada stabilitas emosi peserta didik IPA dan peserta didik IPS mendapatkan kategori sedang. Artinya, dimensi apatis peserta didik IPA dan peserta didik IPS di SMA Negeri 1 Garut masih dalam batas wajar, karena sikap apatis yang peserta didik miliki hanya sebatas memiliki sikap masa bodoh akan suatu hal dan sedikit rasa tidak peka terhadap orang lain.

## **5.2 Implikasi**

Emosi sangat begitu mudah terjadi jika individu tidak dapat melakukan pengendalian terhadap emosi tersebut, maka dibutuhkan stabilitas emosi dengan cara pengendalian emosi. Stabilitas emosi individu khususnya peserta didik disekolah sangat sulit dilakukan apabila peserta didik sendiri tidak memiliki cara dalam mengendalikan emosinya, maka dibutuhkan fasilitator dalam hal ini guru BK untuk memudahkan peserta didik dalam melakukan stabilitas emosi.

Merujuk pada hasil penelitian yang menunjukkan bahwa peserta didik IPA dan peserta didik IPS di SMA Negeri 1 Garut Tahun Ajaran 2017/2018 memiliki stabilitas emosi dalam kategori sedang. Artinya peserta didik IPA dan peserta didik IPS sama-sama memiliki stabilitas emosi yang belum stabil dalam mengendalikan emosi sehingga peserta didik dapat meluapkan emosinya kapan saja dan dimana saja. Maka guru BK atau konselor dapat menjadi fasilitator untuk membantu peserta didik dalam meningkatkan stabilitas emosi yang dimiliki peserta didik. Selain itu, guru BK atau konselor diharapkan dapat membantu peserta didik dalam melakukan bimbingan dan konseling pribadi sosial, dengan proses bimbingan klasikal pada peserta didik yang memiliki stabilitas emosi dalam kategori tinggi dan sedang, sementara bimbingan kelompok apabila peserta didik memiliki stabilitas emosi yang rendah.

## **5.3 Rekomendasi**

### **5.3.1 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling**

- 1) Guru bimbingan dan konseling hendaknya memberikan layanan konseling kelompok atau konseling kelompok terhadap peserta didik yang memiliki stabilitas emosi yang rendah
- 2) Guru bimbingan dan konseling diharapkan dapat bekerja sama dengan orangtua peserta didik agar dapat meningkatkan stabilitas emosi peserta didik yang rendah ataupun sedang menjadi stabilitas emosi yang tinggi

### **5.3.2 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan mampu membuat dan mengembangkan skripsi mengenai stabilitas emosi lainnya baik dari segi pengembangan dalam memilih sampel dan metode penelitian, serta dalam membuat program yang baik yang berhubungan dengan stabilitas emosi.

### **5.4 Keterbacaan Penelitian**

1. Penelitian tidak membandingkan stabilitas emosi antara peserta didik IPA dan peserta didik IPS, namun penelitian hanya mendeskripsikan kecenderungan stabilitas emosi peserta didik IPA dan IPS secara umum, dan mendeskripsikan kecenderungan setiap dimensi stabilitas emosi peserta didik IPA dan peserta didik IPS di SMA Negeri 1 Garut secara umum
2. Penelitian tidak membuat program Bimbingan dan Konseling secara utuh.