

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian ini dapat ditarik simpulan sebagai berikut:

1. Lebih dari separuh mahasiswa FIP memiliki kemampuan yang tergolong tinggi untuk melakukan regulasi emosi
2. Sebagian besar mahasiswa FIP menggunakan strategi regulasi emosi *cognitive reappraisal* dan sebagian kecil lainnya menggunakan strategi regulasi emosi *expressive suppression*
3. Sebagian besar mahasiswa FIP memiliki kemampuan yang sangat baik untuk berperilaku asertif.
4. Terdapat hubungan positif antara regulasi emosi *cognitive reappraisal* dan perilaku asertif pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia. Artinya semakin tinggi regulasi emosi *cognitive reappraisal* mahasiswa maka semakin tinggi perilaku asertifnya. Sebaliknya, semakin rendah regulasi emosi *cognitive reappraisal* mahasiswa, maka semakin rendah perilaku asertifnya
5. Terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi *expressive suppression* dan perilaku asertif pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia. Artinya semakin tinggi regulasi emosi *expressive suppression* mahasiswa maka semakin rendah perilaku asertifnya. Sebaliknya, semakin rendah regulasi emosi *expressive suppression* mahasiswa, maka akan semakin tinggi perilaku asertifnya

5.2 Implikasi

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai

regulasi emosi dan perilaku asertif pada mahasiswa FIP, tidak hanya untuk tenaga pendidik, namun untuk segala kalangan yaitu mahasiswa khususnya mahasiswa FIP di Universitas Pendidikan Indonesia. Selain itu melalui penelitian ini diharapkan dapat menjabarkan konsep regulasi emosi dan Perilaku asertif serta manfaatnya, hingga tujuan akhirnya adalah menuntun mahasiswa untuk mengembangkan kemampuan regulasi emosi dan perilaku asertif guna menjadi pribadi yang berkembang ke arah yang lebih baik.

5.3 Rekomendasi

Berikut adalah rekomendasi bagi peneliti selanjutnya:

1. Mengembangkan populasi dan sampel dalam penelitian di masa yang akan mendatang dengan populasi yang lebih luas.
2. Menguji variabel lain untuk memperluas hasil penelitian