

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Pada bab ini akan dibahas kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai pengaruh dukungan sosial dan regulasi emosi terhadap kecemasan penampil musik pada musisi orkestra di kota Bandung. Selain itu, peneliti juga akan membahas rekomendasi penelitian untuk pihak yang berkaitan dengan penelitian ini.

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada 94 Musisi Orkestra di kota Bandung didapatkan kesimpulan bahwa tidak ada pengaruh secara signifikan antara dukungan sosial dan regulasi emosi secara bersama-sama terhadap kecemasan penampil musik. Pengaruh dukungan sosial secara parsial tidak signifikan tetapi bisa mengurangi kecemasan, sedangkan regulasi emosi memiliki pengaruh signifikan untuk menaikkan tingkan kecemasan. Tidak signifikannya pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan penampil musik dikarenakan adanya perbedaan jenis dan respon kecemasan pada setiap orang, pada jenis trait anxiety, dibutuhkan dukungan yang lebih kompleks, seperti terapi, karena sifatnya yang cenderung menetap pada diri seseorang. Meskipun tidak sesuai dengan asumsi penelitian, peneliti menemukan pernyataan yang mendukung penelitian ini bahwa salah satu model strategi regulasi emosi yaitu penghambatan perilaku emosi yang artinya strategi pengelolaan emosi menekan emosi untuk tidak keluar, sehingga memungkinkan seseorang semakin cemas.

B. Rekomendasi

Berdasarkan hasil analisis yang telah disampaikan sebelumnya, peneliti memberikan rekomendasi kepada pihak yang berkaitan dengan penelitian ini.

1. Pihak yang berkaitan dengan penelitian ini seperti teman sesama komunitas orkestra agar dapat melakukan kegiatan komunitas bersama anggota lebih rutin lagi, untuk meningkatkan kemungkinan interaksi dengan teman sebaya pada satu sama lainnya, dengan harapan meningkatnya dukungan sosial dapat

meningkatkan regulasi emosi pada musisi agar dapat menunjang performa penampil musik

2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan memperhatikan faktor-faktor lain yang berkaitan dengan kecemasan penampil musik seperti jam terbang, pengalaman, kondisi pemain dll. Sehingga dapat mengkaji kecemasan penampil musik dengan lebih baik.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan melakukan pengkajian aspek-aspek dari dukungan sosial, regulasi emosi, kecemasan penampil musik secara lebih rinci sehingga pembahasan dalam unsur demografis dapat dilakukan secara lebih detail dan jelas, seperti menambahkan jam terbang dalam demografis.