

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Terdapat sebuah kesimpulan dalam penelitian ini yakni :

Tingkat kontrol diri siswa MTs 1 Sumedang, sebagian besar berada pada kategori sedang, yakni (60,6%). Sedangkan pada kategori tinggi sebesar (39,4%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa MTs 1 Sumedang mempunyai tingkat kontrol diri yang baik, meskipun kemampuannya belum berada dalam kategori yang sangat baik.

1.2 Saran

1. Untuk Sekolah

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membina atau konseling dengan puskesmas perlunya perhatian lebih sehingga mampu membantu siswa untuk membangun kontrol diri dan psikologis.

2. Untuk Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti serta mengkaji lebih mendalam mengenai kontrol diri pada siswa menonton *anime* serta dapat menggunakan berbagai strategi untuk meningkatkan pengendalian diri seperti mengelola pikiran, mengatur emosi, mengontrol perilaku dan membuat keputusan yang lebih terarah.