

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa data dalam penelitian ini yaitu nilai hitung = 15 dengan $\alpha = 0,05$ dan $n = 8$, maka berdasarkan nilai kritis J pada Uji Wilcoxon = 4, terlihat bahwa $J_{hitung} > J_{tabel}$ dimana $15 > 8$. Artinya hipotesis diterima, ada pengaruh pemberian layanan konseling kelompok teknik anger management siswa kelompok eksperimen. Dengan adanya pengaruh layanan konseling kelompok teknik anger management terhadap pengendalian emosi siswa, maka dapat dikatakan bahwa ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Anger Management Terhadap Pengendalian Emosi Pelaku Bullying di SMA Negeri 17 Medan T.A 2024/2025.

Dari hasil skor pre-test sebesar 517 dan skor post-test sebesar 774, maka selisih perubahan skor sebesar 257, dengan rata-rata perubahan presentase sebesar 63%. Dengan demikian hasil analisis sesudah diberikan layanan konseling kelompok teknik anger management lebih tinggi dibandingkan sebelum diberikan perlakuan terhadap 8 orang responden yang terindikasi sebagai pelaku bullying. Maka dapat dikatakan bahwa layanan konseling kelompok teknik anger management itu merupakan salah satu yang dapat digunakan untuk membimbing dalam meningkatkan pengendalian emosi siswa.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi pengetahuan tentang pengendalian emosi serta memberi pemahaman terkait permasalahan pengendalian emosi pada peserta didik melalui layanan konseling kelompok menggunakan teknik anger management.

5.2.2 Saran Praktis

- a. Bagi Sekolah, diharapkan bahwa hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan bagi pihak sekolah untuk menangani masalah pengendalian emosi siswa dan pencegahan perilaku bullying terkhusus siswa yang terindikasi pelaku bullying.
- b. Bagi Guru BK, perlu mengadakan program kegiatan konseling kelompok dengan menggunakan teknik anger management bagi siswa yang menjadi pelaku bullying di sekolah, sehingga siswa yang terindikasi pelaku bullying dapat menyadari pola pikir, perilaku dan gaya bicara yang diperbuat terhadap teman sebaya, dan diharapkan juga dengan adanya layanan konseling kelompok teknik anger management ini dapat meningkatkan pengendalian emosi siswa terkhususnya emosi marah, dan emosi yang berlebih atau emosi yang meledak-ledak oleh siswa di Sekolah.
- c. Bagi Siswa, penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengendalian emosi siswa di sekolah sehingga siswa yang terindikasi sebagai pelaku bullying dapat menyadari bahwa tindakan atau perilaku bullying bukan saja

merugikan teman sebaya namun juga merugikan diri sendiri. Dengan pelaksanaan konseling kelompok teknik anger management ini siswa dapat lebih mengendalikan emosi, dapat menyadari pola pikir, perilaku dan gaya bicara yang diperbuat terhadap teman sebaya.

- d. Bagi konselor, apabila ditemukan responden yang mengalami masalah pengendalian emosi yang rendah sebelum dan sesudah perlakuan, perlu diberikan layanan konseling yang sesuai dengan masalah yang diamati oleh konselor untuk diberikan layanan konseling yang sesuai dengan permasalahan tentang pengendalian emosi, serta mengurangi jumlah pelaku bullying siswa di sekolah.
- e. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi yang ingin melakukan penelitian dengan mengembangkan metode penelitian serta menambah variasi sampel, dan pengukuran variabel. Penelitian memiliki keterbatasan, seperti adanya keterbatasan waktu dan menyarankan peneliti selanjutnya untuk memperluas jangka waktu penelitian serta memperdalam metode penelitian. Adapun keterbatasan data menjadi salah satu kendala dalam penelitian ini. Oleh karena itu, diharapkan penelitian selanjutnya dapat memanfaatkan data dari sumber yang lebih beragam, agar dapat lebih dikembangkan untuk memperoleh pembahasan yang lebih mendalam, serta hasil lebih komplit dan efisien.