BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil uji korelasi *Product Moment*, ditemukan bahwa terdapat hubungan antara *Generational Trauma* dengan sikap empatik pada siswa kelas X SMA Negeri 5 Medan Tahun Ajaran 2025/2026. Hal ini dibuktikan dengan nilai korelasi sebesar 0,669 dengan nilai signifikansi 0,000 < 0,05, sehingga hubungan tersebut bersifat signifikan. Nilai r_{xy} berada pada kategori korelasi kuat (0,60–0,699), serta menunjukkan arah hubungan yang positif, yang berarti semakin tinggi tingkat *Generational Trauma*, maka semakin tinggi pula sikap empatik siswa,
2. Dari hasil *screening* untuk mencari sampel yang memenuhi kriteria penelitian, didapatkan rata-rata tingkat *Generational Trauma* pada siswa kelas X di SMA Negeri 5 T.A. 2025/2026 adalah pada tingkat rendah, yaitu sebanyak 179 orang (49,86%), pada tingkat sikap empatik sedang sebanyak 87 siswa (24,2%), dan siswa pada kategori *Generational Trauma* tinggi sebanyak 93 siswa (25,9%). Dari ketiga kategori tersebut, yang menjadi sampel penelitian ialah siswa berkategori *Generational Trauma* tinggi, sehingga jumlahnya adalah 93 siswa (25,9% dari 359 orang siswa).
3. Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi, diperoleh nilai R^2 sebesar 0,448, yang berarti bahwa variabel *Generational Trauma* (X) memberikan pengaruh sebesar 44,8% terhadap variabel sikap empatik (Y). Adapun sisanya sebesar 55,2% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini,

4. Dari analisis korelasi per-aspek, diketahui bahwa aspek psikologis (intrapsikis) paling besar memengaruhi sikap empatik dengan kontribusi sebesar 37,4% dan aspek yang paling kecil pengaruhnya adalah aspek neurobiologis & epigenetik dengan kontribusi sebesar 32,0%. Hal ini menunjukkan bahwa faktor internal psikologis siswa menjadi aspek dominan dalam membentuk sikap empatik dibandingkan aspek biologis.

5.2 Saran

1. Bagi Pihak Sekolah

   Pihak sekolah diharapkan dapat mengembangkan program pendidikan yang tak hanya berfokus pada akademik, tapi juga pada penguatan kesehatan mental siswa. Sekolah perlu menyediakan layanan pendukung seperti seminar, *workshop,* atau program pengembangan karakter yang berfokus pada pengelolaan emosi, empati, dan resiliensi.

2. Bagi Guru BK (Bimbingan dan Konseling)

   Guru BK disarankan untuk lebih aktif dalam melakukan asesmen dan pendampinga pada siswa, khususnya yang menunjukkan indikasi *Generational Trauma*. Guru BK juga dapat memanfaatkan temuan bahwa *Generational Trauma* berkorelasi positif dengan sikap empatik, dengan mengarahkannya menjadi kekuatan dalam membangun kepedulian sosial.

3. Bagi Siswa

   Siswa diharapkan dapat lebih mengenali dan memahami kondisi emosional diri sendiri, termasuk pengalaman yang mungkin berkaitan dengan *Generational Trauma*. Siswa juga disarankan untuk tidak ragu mencari

bantuan, baik kepada guru BK, orang tua, maupun teman terpercaya ketika menghadapi kesulitan emosional.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan sampel yang lebih beragam, tidak hanya pada siswa dengan kategori *Generational Trauma* tinggi, sehingga hasil penelitian dapat lebih representatif. Penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan metode campuran *(mixed methods)* agar memperoleh pemahaman yang lebih mendalam, serta mengkaji hubungan sebab-akibat (kausalitas), bukan hanya hubungan korelasional.

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
UNIMED
THE Character Building UNIVERSITY