

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Hasil analisis yang telah diperoleh dari penelitian ini adalah nilai J_{hitung} sebesar 15 dengan $\alpha = 5\%$ atau 0,05 dan n sebanyak 8. Dimana dari nilai J_{hitung} sebesar 15 diperoleh dari hasil *pre test* 4 dan *post test* 4 yang merupakan hasil pengujian hipotesis final dalam penelitian ini. Maka dari nilai tersebut, selanjutnya diperoleh nilai J_{tabel} sebesar 4. Dimana $J_{hitung} > J_{tabel}$. Dapat diartikan bahwa hipotesis yang ada dalam penelitian ini diterima. Maka dinyatakan bahwa hipotesis diterima pada uji hipotesis terakhir bahwa terdapat pengaruh bimbingan kelompok teknik *role playing* terhadap regulasi emosi siswa kelas IX-2 SMP Negeri 27 Medan Tahun Ajaran 2022/2023.

Data *pre test* akhir regulasi emosi ataupun sebelum dilakukan perlakuan bimbingan kelompok teknik *role playing* diperoleh skor rata-rata sebesar 106,125, sedangkan pada hasil *post test* akhir regulasi emosi ataupun setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok teknik *role playing* diperoleh skor rata-rata sebesar 121,75. Maka dengan demikian diperoleh selisih skor rata-rata sebesar 15,625, artinya terdapat peningkatan regulasi emosi siswa pada siswa sebesar 13%. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh bimbingan kelompok teknik *role playing* terhadap regulasi emosi siswa kelas IX-2 SMP Negeri 27 Medan Tahun Ajaran 2022/2023. Dengan adanya pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik

role playing terhadap regulasi emosi siswa, maka layanan bimbingan kelompok adalah salah satu layanan dalam Bimbingan Konseling yang efektif dalam mengatasi permasalahan regulasi emosi siswa.

5.2. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dipaparkan, maka sebagai tindak lanjut penelitian ini ada beberapa saran sebagai berikut.

1. Bagi Sekolah

- a. Pihak sekolah dapat membuat suatu program yang khusus bagi siswa-siswi dengan permasalahan yang umum didapat peserta didik baik permasalahan sekolah maupun pribadi.
- b. Pihak sekolah dapat bekerja sama dengan guru BK untuk membangun program serta menjalankannya agar tetap efektif dan efisien dalam rangka membantu masa pertumbuhan dan perkembangan peserta didik.

2. Bagi Guru BK

Berdasarkan hasil yang telah dipaparkan dari penelitian ini, yang menunjukkan bahwa dari permasalahan yang telah dilibatkan dalam penelitian ini dapat teratasi dengan layanan bimbingan kelompok teknik *role playing*. Dengan begitu program yang dilaksanakan nantinya selanjutnya tetap dijalankan secara efisien agar permasalahan peserta didik dapat teratasi dengan layanan yang ada dalam bimbingan konseling. Berdasarkan temuan observasi awal juga menunjukkan bahwa terdapat beberapa subjek dengan kategori regulasi emosi yang rendah. Hal tersebut menunjukkan perlunya perhatian dan dukungan dari guru BK untuk bisa

melaksanakan program layanan dan menyesuaikannya dengan kebutuhan peserta didik.

3. Bagi Siswa SMP Negeri 27 Medan

Diharapkan siswa dapat menyadari bahwa regulasi emosi merupakan suatu hal yang sangat penting untuk bekal pertumbuhan dan perkembangan siswa. Kemudian untuk kedepannya diharapkan siswa dapat mengikuti program bimbingan konseling yang dibuat oleh pihak sekolah dengan bersungguh-sungguh dan sepenuh hati dalam menjalankannya baik di sekolah maupun di luar sekolah.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian yang telah diperoleh pada penelitian ini dapat menjadi pertimbangan jika ingin melakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh bimbingan kelompok teknik *role playing* terhadap regulasi emosi siswa dengan tujuan memperdalam pengetahuan dan wawasan mengenai bimbingan kelompok teknik *role playing* terhadap regulasi emosi siswa. Selain itu diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar memperhatikan setiap aspek-aspek yang dijadikan sebagai indikator permasalahan untuk melihat perubahan yang terjadi dalam regulasi emosi siswa.