

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sesuai dengan fokus penelitian sebagai berikut :

1. Tingkat emosi siswa di SMPN 23 Banjarmasin

Tingkat emosi siswa di SMPN 23 Banjarmasin ini setelah dilakukannya kesimpulan dari hasil kejadian yang pernah terjadi maka dapat digolongkan dalam kategori tingkat emosi yang tinggi dalam emosi negatif, tetapi dalam emosi positif masih dalam kategori rendah. Mengapa dikatakan dalam kategori tinggi untuk emosi negatif karena memang banyak sekali kasus-kasus yang berasal dari perilaku-perilaku tidak terkontrol, walaupun itu hanyalah sebuah kasus yang sederhana tetapi intensitas dari kejadian tersebut cukup sering.

Salah satu contoh dari emosi negatif yang sering muncul adalah perkelahian yang biasanya diawali hanya karena masalah sepele, tetapi karena mereka masih belum bisa mengatur perasaannya sehingga menimbulkan emosi yang tidak terkontrol. Salah satu contoh dari emosi positif adalah seperti mendapatkan ranking atau nilai yang baik, maka biasanya mereka mendapatkan kesenangan tetapi terkadang mereka lupa

akan perasaannya karena merasa sangat bahagia dan menimbulkan perilaku yang tidak terkendali yaitu mendorong-dorong temannya.

2. Upaya guru bimbingan dan konseling dalam mengembangkan kemampuan mengelola emosi siswa di SMPN 23 Banjarmasin

Upaya guru bimbingan dan konseling dalam mengembangkan kemampuan mengelola emosi siswa di SMPN 23 Banjarmasin ini dapat peneliti simpulkan dalam beberapa langkah yaitu:

- a) Melihat dan mendengar apa yang melatar belakangi mereka berperilaku seperti itu.
- b) Pemberian penanganan langsung apabila kasus tersebut harus sesegeranya diselesaikan.
- c) Memberikan sikap tegas dalam penanganan kasus yang akan ditangani
- d) Pemberian peringatan kepada mereka yang telah berperilaku tidak terkendali dan tetap berulang-ulang kali melakukan hal tersebut
- e) Tetap memberikan motivasi, dukungan, atau support yang tinggi apabila telah berhasil dalam mengontrol emosinya
- f) Bekerjasama dengan orang yang bersangkutan dalam kasus yang akan ditangani
- g) Terus mengawasi siswa-siswi yang memang belum bisa mengontrol emosinya
- h) Pemberian layanan bimbingan individu maupun klasikal tentang pentingnya mengontrol emosi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

- a) Guru bimbingan dan konseling agar tetap memberikan pelayanan yang terbaik sesuai dengan tanggung jawabnya. Karena kehadiran guru bimbingan dan konseling dalam lingkup pendidikan sangatlah penting bagi pertumbuhan dan perkembangan peserta didik.
- b) Untuk guru bimbingan dan konseling agar terus meningkatkan keprofesionalannya dengan cara terus mengupgrade ilmu ilmu tentang konseling. Agar tidak ketinggalan dalam langkah-langkah yang seharusnya diberikan kepada peserta didik.
- c) Guru bimbingan dan konseling agar dapat menjadikan dirinya sebagai seorang teman dan pendamping bagi para siswa agar mereka merasa nyaman pada saat pemberian layanan dan berada dilingkungan sekolah.
- d) Untuk sekolah agar terus dapat memberikan fasilitas yang memadai atau sesuai dengan kebutuhan guru BK ketika mengatasi permasalahan siswa-siswi. Dan agar terus memberikan dukungan kepada guru BK untuk dapat meningkatkan kinerja mereka.
- e) Untuk peneliti selanjutnya agar dapat mengungkap masalah ini lebih dalam lagi, dan dapat memberikan solusi-solusi yang lebih bermanfaat.