

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Hasil penelitian tentang pengaruh antara kematangan emosi terhadap *problem solving* siswa MAN 1 Tabalong, dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Data kematangan emosi yang dilaksanakan terhadap 115 orang siswa kelas XII MAN 1 Tabalong menyatakan bahwa kematangan emosi dengan tingkat rendah 12,2% (14 orang), tingkat sedang sebesar 71,3% (82 orang) serta tingkat tinggi sebesar 16,5% (19 orang). Keseluruhan kematangan emosi siswa kelas XII MAN 1 Tabalong berada pada kategori sedang. Artinya apabila kematangan emosi siswa berada pada tingkat sedang dapat dinyatakan bahwa kematangan emosi yang mereka miliki berada pada kondisi baik.
2. Data *problem solving* siswa MAN 1 Tabalong, hasil menunjukkan bahwa *problem solving* dengan tingkat rendah 17,4% (20 orang), tingkat sedang sebesar 67% (77 orang) serta tingkat tinggi sebesar 15,7% (18 orang). Sehingga, apabila *problem solving* siswa MAN 1 Tabalong berada di tingkat sedang. Maka dapat dinyatakan dalam kondisi yang baik dalam mencari jalan keluar atau menyelesaikan persoalan yang ia hadapi.
3. Dari hasil penelitian yang sudah dilaksanakan, maka diperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh kematangan emosi terhadap *problem solving* pada siswa

kelas XII MAN 1 Tabalong. Sehingga Hipotesis alternatif (H_a) yang disajikan peneliti dapat diterima. Hal ini dibuktikan dengan nilai *r square* yang diperoleh dengan nilai 0,198.

B. Rekomendasi

Dari uraian hasil penelitian yang sudah dijelaskan sebelumnya, peneliti mengajukan beberapa rekomendasi kepada pihak terkait, yakni:

1. Rekomendasi untuk subjek penelitian

Pada penelitian ini menyatakan bahwa ada kematangan emosi dan *problem solving* memiliki hubungan yang positif, dan kematangan emosi memberikan pengaruh terhadap *problem solving* seseorang. Diharapkan kematangan emosi dan *problem solving* yang dimiliki dapat dipertahankan untuk dikelola dengan baik atau ditingkatkan lagi, agar dapat membantu mereka menjadi lebih baik.

Adapun cara dalam mengelola/mempertahankan emosi yang baik diharapkan pada anak remaja, misalnya sebagai berikut:

- a. Berikan ruang untuk beristirahat sejenak;
- b. Menerima emosi yang dirasakan;
- c. Berlatih kesadaran penuh;
- d. Berusaha tetap tenang;
- e. Tentukan bagaimana cara merespon emosi.

Mengelola emosi dan perilaku pada remaja dapat menghindari dari perbuatan yang merugikan dirinya sendiri serta lingkungan. Adapun beberapa cara yang dapat dilakukan ialah dengan membina komunikasi, membahas atau

mendiskusikan masalah emosi bersama teman sebaya, orang tua ataupun guru, melatih diri untuk dapat mengungkapkan emosinya.

2. Rekomendasi untuk SMA/MA

Pada studi pendahuluan terlihat bahwa ada beberapa siswa yang memerlukan perhatian, agar menghindari kejadian yang tidak diinginkan seperti perilaku *self injury*. *Self injury* bisa terjadi karena kurangnya kematangan emosi yang siswa miliki, sehingga diharapkan setiap sekolah bisa membuka bimbingan kepada siswa-siswi. Jelaskan bahwa peran BK di sekolah bukan hanya untuk mengekang/menegur kesalahan mereka, tetapi juga bisa sebagai tempat siswa mencurahkan masalahnya.

3. Saran untuk peneliti selanjutnya

Masih banyak variabel lain yang dapat mempengaruhi *problem solving*, sehingga disarankan bisa mengambil variabel lain lagi. Memperbanyak referensi terutama dalam pandangan Islam. Bisa juga dengan menambahkan metode kualitatif agar dapat menggali lebih dalam mengenai keadaan siswa yang berada dalam taraf rendah.