

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran kecerdasan emosional siswa SMPN 5 Kuningan menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan, mayoritas siswa berada pada kategori kecerdasan emosional *rendah hingga sedang*, khususnya pada aspek memotivasi diri dan mengelola emosi. Setelah diberikan perlakuan menggunakan teknik sugestopedia bermediakan film *Jembatan Pensil*, terjadi peningkatan yang signifikan. Hal ini dapat dilihat dari hasil TCR pada aspek mengenali emosi diri yang mencapai **104,34%** (sangat baik), membina hubungan sebesar **96,52%**, dan mengenali emosi orang lain **80,62%**. Rata-rata tingkat capaian responden meningkat ke kategori baik dan sangat baik, menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mampu mengembangkan kecerdasan emosional secara optimal setelah perlakuan.
2. Rancangan teknik sugestopedia dalam menangani siswa yang belum terbiasa mengontrol emosinya, disusun melalui empat tahap: presentasi, konser aktif, pengulangan pasif, dan latihan, dengan media pendukung berupa film *Jembatan Pensil*. Film ini dipilih karena mengandung nilai-nilai seperti empati, kerja sama, dan ketekunan yang relevan dengan penguatan aspek emosional siswa. Teknik ini menciptakan suasana belajar yang relaks dan menyenangkan, memudahkan siswa dalam menerima dan menginternalisasi nilai-nilai emosional. Rancangan ini terbukti mampu meningkatkan kesadaran dan pengendalian emosi siswa di kelas eksperimen.
3. Efektivitas teknik sugestopedia terhadap peningkatan kecerdasan emosional siswa dibuktikan melalui hasil uji statistik *paired sample t-test*, di mana nilai signifikansi sebesar $p < 0.05$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara pre-test dan post-test pada kelompok eksperimen. Selain itu, rata-rata nilai post-test kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan. Dengan demikian, teknik sugestopedia efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa, terutama

dalam aspek mengenali emosi, membina hubungan, dan empati. Artinya, teknik ini layak digunakan sebagai alternatif dalam layanan bimbingan klasikal di sekolah.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah diperoleh, terdapat beberapa saran yang dapat disampaikan untuk berbagai pihak yang berkepentingan:

1. Bagi Guru dan Pendidik
 - a. Guru Bimbingan Konseling (BK) diharapkan dapat mengadopsi teknik sugestopedia sebagai salah satu metode dalam membimbing siswa dalam mengelola emosinya.
 - b. Penggunaan media film sebagai alat bantu pembelajaran dapat dijadikan strategi untuk meningkatkan efektivitas proses pembelajaran emosional di sekolah.
2. Bagi Siswa
 - a. Siswa diharapkan dapat lebih aktif dalam mengenali dan mengelola emosinya untuk meningkatkan hubungan sosial dan prestasi akademik.
 - b. Menerapkan teknik yang telah dipelajari dalam kehidupan sehari-hari, baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah.
3. Bagi Sekolah
 - a. Sekolah dapat mempertimbangkan integrasi teknik sugestopedia ke dalam program bimbingan dan konseling agar manfaatnya dapat dirasakan lebih luas oleh siswa.
 - b. Memberikan pelatihan kepada guru-guru tentang metode pembelajaran yang dapat meningkatkan kecerdasan emosional siswa
4. Bagi Peneliti Selanjutnya
 - a. Penelitian lebih lanjut dapat dilakukan dengan cakupan yang lebih luas, baik dalam jumlah sampel maupun variasi teknik yang digunakan.
 - b. Melakukan penelitian jangka panjang untuk melihat dampak berkelanjutan dari penerapan teknik sugestopedia terhadap perkembangan kecerdasan emosional siswa.

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat menjadi referensi dan masukan bagi dunia pendidikan dalam mengembangkan metode pembelajaran yang lebih efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan

manfaat yang luas bagi berbagai pihak, terutama dalam meningkatkan kualitas pendidikan dan kesejahteraan emosional siswa.

C. Implikasi

Hasil penelitian ini memiliki beberapa implikasi yang dapat diterapkan dalam dunia pendidikan, khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling:

1. Implikasi Teoretis

- a. Penelitian ini mendukung teori kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Goleman, yang menyatakan bahwa kecerdasan emosional dapat dikembangkan melalui latihan dan metode pembelajaran yang tepat. Teknik sugestopedia terbukti menjadi salah satu strategi yang efektif dalam membantu siswa mengenali dan mengelola emosi mereka.
- b. Teknik sugestopedia juga memperkuat teori pembelajaran berbasis pengalaman, di mana pengalaman visual dan emosional melalui media film dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan emosional siswa.

2. Implikasi Praktis

- a. Guru Bimbingan Konseling dapat mengadopsi teknik sugestopedia sebagai pendekatan baru dalam memberikan layanan konseling kelompok maupun individu di sekolah.
- b. Sekolah dapat mengintegrasikan metode pembelajaran berbasis film dalam program pendidikan karakter, sehingga siswa lebih mudah memahami dan mengaplikasikan nilai-nilai emosional dalam kehidupan sehari-hari.
- c. Siswa yang telah mengikuti program ini dapat menerapkan keterampilan yang diperoleh untuk menghadapi tantangan sosial dan akademik dengan lebih baik, sehingga meningkatkan kesejahteraan mental mereka.

3. Implikasi Kebijakan

- a. Hasil penelitian ini dapat menjadi pertimbangan bagi pihak sekolah dan dinas pendidikan dalam menyusun kebijakan terkait metode pembelajaran yang lebih inovatif dan berbasis pada pengembangan kecerdasan emosional siswa.
- b. Pemerintah dan institusi pendidikan dapat memberikan pelatihan bagi guru untuk meningkatkan kompetensi dalam menerapkan teknik sugestopedia dan metode pembelajaran berbasis media digital.

Dengan adanya implikasi ini, diharapkan hasil penelitian dapat berkontribusi dalam peningkatan kualitas pendidikan, khususnya dalam membangun kecerdasan emosional siswa melalui metode pembelajaran yang inovatif dan berbasis pengalaman.

Rencana Waktu Penelitian (*Time Schedule*)

Rincian dalam waktu pelaksanaan penelitian:

No	Kegiatan	Tahun 2025						
		Januari	Febuari	Maret	April	Mei	Juni	Juli
1.	Persiapan: Observasi							
	Identifikasi Masalah							
	Penentuan Tindakan							
	Pengajuan Judul							
2.	Penyusunan Skripsi: Bab 1 (Latar Belakang, Perumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat/Kegunaan Penelitian)							
	Bab 2 (Landasan Teori, Penelitian Terdahulu, Kerangka Pemikiran)							
	Bab 3 (Metode Penelitian, Populasi dan Sampel, Teknik Pengumpulan Data, Teknik Analisis Data, Sistematika Penelitian, Rencana Waktu Penelitian)							

	Bab 4 dan 5 (Gambar umum Lokasi penelitian, Deskripsi data penelitian, Analisis data, Pembahasan hasil penelitian, kesimpulan, Saran)							
	Bimbingan dan Revisi Skripsi							
	Sidang Munaqosah							
	Wisuda							