

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis dan interpretasi hasil analisis data yang telah dipaparkan maka, peneliti menyimpulkan bahwa siswa kelas XI MIA SMA Katolik Sint Carolus Kupang Tahun Pelajaran 2022/2023 memiliki kemampuan yang sangat baik dalam mengenali emosi sendiri, mengelolah emosinya dengan tepat dan mampu memotivasi dirinya sendiri dengan cara membaca buku dan artikel positif, serta mampu mengenali emosi orang lain dengan baik dan membina hubungan yang baik dengan semua orang. Selain itu, berdasarkan hasil analisis pada setiap aspek yang ada dalam kecerdasan emosional, peneliti menyimpulkan bahwa kecerdasan emosional siswa kelas XI MIA SMA Katolik Sint Carolus Kupang Tahun Pelajaran 2022/2023 sebagai berikut:

##### 1. Aspek mengenal emosi diri sendiri

Siswa kelas XI MIA SMA Katolik Sint Carolus Kupang, memiliki kemampuan yang baik dalam mengenali emosi sewaktu perasaan itu terjadi. jika pengendalian diri dilakukan dengan baik maka mampu menguasai dan menghadapi emosi terutama nafsu amarah yang meluap-luap dan gangguan emosional.

## 2. Aspek mengelola emosi sendiri

Siswa kelas XI MIA SMA Katolik Sint Carolus Kupang, sudah mampu mengelola emosi sendiri dengan baik, menjaga agar emosi yang merisaukan tetap terkendali dan mampu bangkit dari perasaan-perasaan yang menekan.

## 1. Aspek memotivasi diri sendiri

Siswa XI MIA SMA Katolik Sint Carolus Kupang, orang-orang yang memiliki keterampilan ini sangat produktif dan efektif dalam hal apapun. Banyak cara memotivasi diri antara lain membaca buku atau artikel-artikel positif dan optimis.

## 2. Aspek mengenali emosi orang lain

Siswa kelas XI MIA SMA Katolik Sint Carolus Kupang, mampu menyadari dan memahami perasaan orang lain, berempati kepada orang yang mengalami musibah atau kesusahan dan mampu mendengarkan orang lain.

## 3. Aspek membina hubungan

Siswa kelas XI MIA SMA Katolik Sint Carolus Kupang, mampu membentuk dan membina hubungan yang baik serta membuat orang lain merasa nyaman.

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas maka peneliti memberikan saran kepada pihak-pihak yang terkait sebagai berikut:

### **1. Kepala Sekolah**

Kepala sekolah selaku penanggung jawab sekolah untuk terus mengkoordinir konselor atau guru BK dalam melaksanakan bimbingan pribadi dengan baik, guna membantu siswa dalam mengatasi masalah agar bisa mempertahankan kecerdasan emosional yang sudah baik.

### **2. Guru Bimbingan dan Konseling**

Guru bimbingan dan konseling diharapkan untuk merancang dan mengembangkan program bimbingan pribadi guna mempertahankan kecerdasan emosional siswa yang sudah baik.

### **3. Bagi Siswa**

Diharapkan untuk terlibat aktif dalam kegiatan bimbingan pribadi yang dilaksanakan di sekolah, agar dapat mempertahankan kecerdasan emosional yang sudah baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Pratik*. Edisi Revisi. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Azwar, S. 2012. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajaran
- Casmini. 2007. *Emosional Parenting*. Yogyakarta: Pilar Medika.
- Efendi, Agus. 2005. *Revolusi Kecerdasan Abad 21*. Bandung: Alfabeta.
- Goleman, Daniel. 2007. *Kecerdasan Emosional*. (Alih Bahasa: T. Hermaya) Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Margono. 2010. *Metodologi Penelitian Pendidikan* Jakarta: Rineka Cipta
- Nazir, M. 2003. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia
- Nggermanto, Agus 2001. *Quantum Quotient: Kecerdasan Quantum Cara Praktis Melejitkan IQ, EQ dan SQ yang Harmonis*. Bandung: Nuansa
- Prayitno. 2000, *Layanan Bimbingan dan Konseling kelompok Dasar dan Profil*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Poerwadarminta. W.J.S. 2003. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka
- Rima Puspita, Totok. 2007. ‘*Program Bimbingan Pribadi-Sosial untuk Siswa Program Akselerasi*’. Skripsi serjana: PPB FIP UPI: Bandung
- Sugiyono, 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Cetakan ke-24 Bandung: PT Alfabeta
- Sundayana, R. 2020. *Statistik Penelitian Pendidikan* (Edisi 2). Bandung: PT, Alfabeta
- Sukardi, Dewa Ketut, 2008 *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Konseling di Sekolah* Jakarta: Rineka Cipta

- Surya, Muhammad, 2003. *Teori-Teori Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Walgito, Bimo. 2009. *Pengantar Psikology umum*. Yogyakarta: Penerbit Andi
- Widiyanto, Mikha Agus. 2013. *Statistik Terapan. Konsep dan Aplikasi dalam Penelitian Bidang Pendidikan, Psikologi dan Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo
- Wagito. 2009 *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Insan Cita. 2009
- Yusuf, Syamsu. 2006. *Bimbingan dan K onseling Perkembangan suatu pendekatan komprehensif*. PT. Refika Aditama: Pustaka Belajar
- Alyusainy, 2021. *Profil Kecerdasan Emosional Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang Angkatan 2010-2020*. Skripsi Fakultas Psikologi
- Nahdhoh. Izzun, 2017. *Profil Kecerdasan Emosional Siswa Kelas X, XI, XII di SMK Avicenna Lasem*. Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang
- Rosimiati, 2017. *Profil Kecerdasan Emosional Peserta didik di SMAN 3 Pariaman*, Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling STKIP PGRI Sumatera Barat, Padang