

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pemaparan dalam penelitian ini, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat regulasi emosi subjek penelitian Sebagian besar termasuk dalam kategori sedang cenderung rendah. Hal ini berdasarkan hasil *pre test* regulasi emosi yang didapatkan. Sedangkan tingkat perilaku *bullying* subjek penelitian Sebagian besar termasuk kedalam kategori sedang cenderung tinggi yang mana hal ini terlihat dari hasil *pre test* perilaku *bullying*.
2. Ada perbedaan tingkat perilaku *bullying* antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol setelah dilakukan pelatihan regulasi emosi. Kelompok eksperimen yang mendapatkan pelatihan regulasi emosi mengalami penurunan perilaku *bullying* dibandingkan dengan kelompok kontrol yang cenderung tidak mengalami perubahan.
3. Perbedaan tingkat perilaku *bullying* sebelum dan sesudah perlakuan tampak pada kelompok eksperimen, yakni dengan menurunnya tingkat perilaku *bullying* pada kelompok eksperimen setelah pelatihan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan keterbatasan maka penulis mengajukan beberapa saran untuk perkembangan penelitian selanjutnya. Peneliti perlu memberikan saran agar pada penelitian selanjutnya lebih sempurna. Adapun saran sebagai berikut:

1. Saran Teoritis

Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu regulasi emosi dan perilaku *bullying* dengan subjek yang dituju adalah siswa. Bagi peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian dengan variabel dan atau subjek yang sama disarankan dapat melibatkan variabel-variabel lainnya seperti agresifitas, kontrol diri, teman sebaya.

2. Saran Praktis

a. Bagi Sekolah

Sekolah dapat mengadakan pelatihan regulasi emosi secara menyeluruh kepada setiap kelas. Sehingga diharapkan seluruh siswa dan siswi dapat terhindar dari perilaku *bullying*.

b. Bagi Guru

Guru diharapkan dapat menggunakan instrument perilaku *bullying* untuk mengukur tingkat *bullying* siswa sehingga dapat mencegah dan mengantisipasi terjadinya dampak perilaku *bullying*.

