

## BAB V PENUTUP

### A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis perhitungan rumus serta pembahasan pada variabel *alexithymia*, gaya kelekatan, dan *interpersonal problems*. Maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat *interpersonal problems* pada siswa laki-laki kelas 10 dan 11 di SMK Bina Nusa Babelan sebagian besar berada pada kategori sedang sebanyak 75% atau setara dengan 92 subjek. Tingkat *alexithymia* pada siswa laki-laki kelas 10 dan 11 di SMK Bina Nusa Babelan sebagian besar berada pada kategori sedang sebanyak 78% atau 96 subjek. Tingkat gaya kelekatan pada siswa laki-laki kelas 10 dan 11 di SMK Bina Nusa Babelan sebagian besar berada pada kategori sedang sebanyak 73% atau 90 subjek.
2. Hasil uji korelasi *Rank Spearman's Rho* yang telah dilakukan variabel *alexithymia* dengan variabel *interpersonal problems* dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara *alexithymia* dengan *interpersonal problems*.
3. Hasil uji korelasi *Rank Spearman's Rho* yang telah dilakukan pada variabel gaya kelekatan dengan variabel *interpersonal problems* dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang cukup kuat dan signifikan antara gaya kelekatan dengan *interpersonal problems*.
4. Berdasarkan hasil uji regresi linear sederhana didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh positif yang signifikan antara *alexithymia* terhadap *interpersonal problems*. Dengan nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) adalah yaitu 0,494 hal ini menjelaskan bahwa *alexithymia* memberikan sumbangan pengaruh terhadap variabel *interpersonal problems* sebesar 49,4% terhadap *interpersonal problems*, sedangkan 50,6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

5. Berdasarkan hasil uji regresi linear sederhana didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara gaya kelekatan terhadap *interpersonal problems*. Dengan nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) adalah yaitu 0,168 hal ini menjelaskan bahwa *alexithymia* memberikan sumbangan pengaruh terhadap variabel *interpersonal problems* sebesar 16,8% terhadap *interpersonal problems*, sedangkan 83,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

## B. Saran

Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini masih memiliki kelemahan dan kekurangan yang nantinya akan bisa dijadikan bahan pembelajaran untuk penelitian selanjutnya, lingkungan sekitar, dan juga pembaca. Maka, terdapat beberapa saran yang bermanfaat, yaitu:

1. Bagi siswa

Siswa diharapkan untuk menemukan cara yang sehat dalam mengelola emosi, beri tahu orang lain mengenai kesulitan dalam mengidentifikasi dan mengekspresikan emosi, dan jika mengalami kesulitan yang mengganggu aktifitas dalam berhubungan dengan orang lain dan tidak bisa ditangani oleh diri sendiri maupun orang terdekat sebaiknya mencari bantuan kepada yang lebih profesional seperti psikolog.

2. Bagi pihak sekolah

Pihak sekolah diharapkan untuk dilakukannya edukasi dalam bentuk seminar ataupun *workshop* kepada guru, staf dan orang tua mengenai pentingnya regulasi emosi, membangun hubungan yang sehat, dan bagaimana membantu siswa yang mengalami *alexithymia* dan tingkat gaya kelekatan yang rendah dengan orang tua maupun teman dekat. Apabila terdapat siswa yang mengalami *alexithymia* berikan dukungan individu serta bimbingan kepada siswa yang mengalaminya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Keterbatasan referensi penelitian yang dimiliki sehingga peneliti menyarankan untuk peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian mengenai *interpersonal problems* dapat mencari lebih banyak faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap *interpersonal problems* serta lebih banyak mendapatkan teori-teori mengenai *interpersonal problems*.