BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pelatihan empati untuk meningkatkan kecerdasan emosi pada anak anak yang memiliki insecure attachment, serta analisis data melalui uji statistik yang dilakukan, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Tingkat insecure attechment subjek penelitian paling banyak berada dalam kategori tinggi.
2. Uji *paired sample t-test* menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen. Mayoritas peserta mengalami peningkatan empati dan kecerdasan emosional setelah mengikuti pelatihan, yang mencerminkan dampak positif dari intervensi yang diberikan.
3. Berdasarkan keseluruhan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa pelatihan emapti memberikan pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan emapti dan kecerdasan emosional pada anak yang memiliki *insecure attechment*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, terdapat beberapa saran yang dapat diajukan bagi berbagai pihak.

1. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan modul pelatihan dengan durasi yang lebih panjang serta menggunakan metode observasi perilaku secara langsung yang lebih intensif untuk memvalidasi perubahan emosional subjek di luar ruang pelatihan.
2. Bagi subjek penelitian, diharapkan agar dapat terus melatih keterampilan yang telah dipelajari, seperti teknik *pause-name-respond* dan pengambilan perspektif dalam kehidupan sehari-hari, agar kecerdasan emosional yang

telah meningkat tetap terpelihara dan menjadi bagian dari kebiasaan adaptif mereka.

3. Bagi orang tua, diharapkan untuk lebih responsif dan konsisten dalam memberikan dukungan emosional serta ruang bagi anak untuk mengekspresikan perasaannya, guna memperkuat *secure attachment* yang menjadi fondasi utama perkembangan emosi yang sehat di rumah.
4. Terakhir, bagi pihak sekolah, disarankan untuk mengintegrasikan kegiatan penguatan empati ke dalam kurikulum atau program pengembangan karakter siswa secara sistematis, sehingga tercipta lingkungan belajar yang lebih suportif dan mampu memfasilitasi pertumbuhan sosial-emosional seluruh siswa, khususnya bagi mereka yang memiliki riwayat kelekatan tidak aman.