

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat ditarik suatu gambaran umum mengenai hubungan *emotional intelligence* dengan bentuk-bentuk *coping stress* pada siswa kelas akselerasi tahun pertama SMAN 'X' Bekasi, dengan kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara *emotional intelligence* dengan *emotional focused coping coping* bentuk *self-controlling* dan *seeking social support* dengan korelasi sebesar 0,651, serta *positive appraisal* dengan korelasi sebesar 0,554 pada siswa kelas akselerasi tahun pertama SMAN 'X' Bekasi.
- 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara *emotional intelligence* dengan *problem focused coping coping* bentuk *planful problem solving* dengan korelasi sebesar 0,602 pada siswa kelas akselerasi tahun pertama SMAN 'X' Bekasi.
- 3) Dari keenam bentuk *emotional focused coping (distancing, escape-avoidance, seeking social support, positive appraisal, self-control, dan accepting responsibility)*, bentuk yang sering digunakan oleh siswa akselerasi tahun pertama SMAN 'X' Bekasi adalah bentuk *distancing, accepting responsibility, positive appraisal* dan *seeking social support*. Sedangkan dari dua bentuk *problem focused coping* yaitu *planful problem*

*solving* dan *confrontative coping*, bentuk yang lebih sering digunakan oleh siswa kelas akselerasi tahun pertama SMAN 'X' Bekasi adalah bentuk *planful problem solving*.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Saran bagi penelitian lanjutan

Apabila ingin melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan *emotional intelligence* dengan bentuk-bentuk *coping stress* maka peneliti diharapkan diharapkan merubah alat ukur yang digunakan serta merubah norma pada alat ukur *emotional intelligence* menjadi norma mutlak, dan mempertimbangkan apakah semua aspek pada *emotional intelligence* harus dihitung dan berhubungan dengan *coping stress* atau tidak sehingga dinamika yang diperoleh dapat tergambar lebih jelas dan dapat dipahami dengan lebih baik.

Selain itu Peneliti juga dapat melakukan penelitian lebih dalam mengenai hubungan faktor yang mempengaruhi *coping stress* yang pada penelitian ini kurang terlihat, peneliti dapat menambahkan pertanyaan yang sudah ada atau dapat melakukannya dengan cara kualitatif yaitu dengan menggunakan wawancara agar jawaban yang terjaring dapat lebih mendalam dan tergambar jelas. Agar hasil yang didapat lebih bermanfaat peneliti juga disarankan menjaring faktor-faktor yang mempengaruhi *emotional intelligence*.

### 5.2.2 Saran guna laksana

1. Bagi siswa kelas akselerasi tahun pertama SMAN 'X' Bekasi  
Agar dapat menggunakan informasi mengenai hubungan *emotional intelligence* dan bentuk-bentuk *coping stress* ini untuk dapat merefleksikan diri dan mengembangkan diri menjadi siswa yang mampu menghadapi beban stress yang ditimbulkan oleh tuntutan kelas akselerasi di SMAN 'X' Bekasi.
2. Bagi guru BP SMAN 'X' Bekasi  
Agar dapat menggunakan informasi yang diperoleh melalui penelitian ini untuk dapat membantu dan membina siswa kelas akselerasi di SMAN 'X' Bekasi untuk lebih menggunakan bentuk-bentuk *problem focused coping* dalam menghadapi masalah yang mereka hadapi di kelas akselerasi dibandingkan dengan memilih untuk menggunakan bentuk-bentuk *emotional focused coping*.