

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

- 5.1.1 Berdasarkan penelitian yang dilakukan di SMA Master Indonesia Kota Depok pada tahun 2024, yang melibatkan 89 responden, diperoleh hasil bahwa tingkat dukungan orang tua terhadap remaja mayoritas berada dalam kategori tinggi, dengan jumlah sebanyak 54 responden (60,7%).
- 5.1.2 Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap remaja di SMA Master Indonesia Kota Depok pada tahun 2024, ditemukan bahwa sebagian besar remaja, yaitu 45 responden (50,6%) dari total 89 responden, menunjukkan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi.
- 5.1.3 Berdasarkan penelitian mengenai tingkat resiliensi di kalangan remaja di SMA Master Indonesia, Kota Depok, pada tahun 2024, ditemukan bahwa mayoritas remaja, yaitu 35 responden (39,3%) dari total 89 responden, menunjukkan tingkat resiliensi yang baik.
- 5.1.4 Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dan kecerdasan emosional terhadap resiliensi pada remaja di SMA Master Indonesia Kota Depok, dengan nilai  $p$ -value yang diperoleh sebesar 0,001 ( $p$  value <0,05).

#### 5.2 Saran

##### 5.2.1 Bagi Remaja

Disarankan bagi remaja untuk mempertahankan pola positif yang telah ada, seperti mengelola stres dengan sehat, menjalin hubungan sosial yang baik dengan keluarga, teman, dan guru, serta terus mengembangkan kemampuan *problem-*

*solving* melalui kegiatan pengembangan diri, manajemen emosi, dan berbagi pengalaman positif dengan teman untuk meningkatkan resiliensi.

### **5.2.2 Bagi SMA Master Indonesia**

Lembaga pendidikan disarankan untuk menyiapkan layanan konseling yang mudah diakses oleh siswa guna membantu menangani masalah emosional dan sosial. Selain itu, penting untuk mengadakan pelatihan yang mendukung pengembangan ketahanan siswa, seperti keterampilan menghadapi stres. Dengan pendekatan ini, siswa akan lebih siap menghadapi kesulitan dan meningkatkan ketahanan emosional mereka.

### **5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian berikutnya dianjurkan untuk mengeksplorasi variabel lain yang dapat memengaruhi ketahanan, seperti ciri kepribadian, hubungan sosial dengan teman sebaya, dan dukungan dari lingkungan sosial. Selain itu, disarankan agar peneliti selanjutnya memperluas jumlah sampel yang digunakan dan melakukan penelitian di lokasi atau jenis lembaga pendidikan dengan karakteristik yang berbeda.

### **5.2.4 Bagi Masyarakat**

Masyarakat disarankan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya dukungan orang tua dan kecerdasan emosional dalam perkembangan remaja. Masyarakat juga dapat menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental dengan membangun komunikasi yang baik dan menyediakan akses ke kegiatan pengembangan diri untuk memperkuat resiliensi remaja.