

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa gambaran stabilitas emosi pada konselor adiksi di Institusi Penerimaan Wajib Lapor Al-Jannah Provinsi Jambi, Diantaranya; *Pertama*, adekuasi emosi, yaitu penyesuaian reaksi. *Kedua*, kematangan emosi, yaitu mengambil makna positif. *Ketiga*, kontrol emosi, yaitu kontrol diri. Adapun faktor yang mempengaruhi stabilitas emosi pada konselor adiksi di Institusi Penerimaan Wajib Lapor Al-Jannah Provinsi Jambi, diantaranya; *Pertama*, faktor adekuasi emosi, yaitu senang menolong, perasaan puas, perasaan nyaman. *Kedua*, kematangan emosi, yaitu bersikap dewasa, memahami kondisi, penyesuaian diri, menjaga komitmen. *Ketiga*, kontrol emosi, yaitu kebersyukuran, ikhlas pada masalah yang dihadapi, menyikapi dengan santai, menghadapi tantangan, tuntutan peran.

Terdapat persamaan temuan peneliti dengan penelitian sebelumnya yang dapat menambah penelitian mengenai stabilitas emosi, yaitu adekuasi emosi, kematangan emosi, dan kontrol emosi.

5.2 Saran

Saran penelitian ditujukan kepada:

a. Pihak Institusi Penerimaan Wajib Lapor Al-Jannah

Bagi pihak Institusi Penerimaan Wajib Lapor disarankan untuk memberikan pengetahuan dan informasi mengenai pentingnya stabilitas emosi untuk para konselor adiksi. Stabilitas emosi diperlukan dalam berbagai situasi dan kondisi pada saat berhadapan dengan residen atau pada saat menjalankan tugas dan peran sebagai konselor adiksi. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi gambaran untuk konselor adiksi yang bekerja menghadapi residen.

b. Konselor Adiksi

Untuk konselor diharapkan penelitian ini dapat memotivasi meningkatkan stabilitas emosi sehingga emosi yang sedang dialaminya tidak mengganggu aktifitas lain. Adanya stabilitas

emosi pada konselor adiksi agar dapat menjaga agar emosi dapat terkendali, mengelola emosi dengan baik dan tetap fokus terhadap pekerjaannya.

c. Partisipan Penelitian

Stabilitas emosi merupakan suatu kemampuan yang dimiliki oleh seorang individu dalam mengontrol emosinya dengan cara menampilkan reaksi yang tepat atas rangsang yang diterima, sehingga individu mampu menyesuaikan diri dengan kondisi yang sedang dialami maupun berhubungan dengan orang lain. Bagi para partisipan diharapkan untuk selalu memiliki karakteristik stabilitas emosi dalam menghadapi keadaan yang sulit dalam pekerjaan sebagai konselor adiksi.

d. Penelitian Selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk memperdalam dan memperluas informasi mengenai stabilitas emosi pada konselor adiksi dengan melalui observasi secara langsung dalam kegiatan rehabilitasi antara konselor adiksi dengan residen, agar memperoleh gambaran dan data yang relevan serta memberikan solusi bagi instansi terkait agar lebih banyak konselor adiksi yang memiliki kestabilan emosi yang baik.