

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada uji validitas modul Psikoedukasi “*Let’s Dance*” Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa Smp Kota Jambi, maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil uji validitas modul Psikoedukasi “*Let’s Dance*” yang dinilai oleh *expert judgment* termasuk dalam kriteria valid dengan beberapa saran dan perbaikan. Kriteria validitas yang dinilai dari aspek materi, penyajian, tata cara menggunakannya, dan bahasa serta dapat berpengaruh atau tidak dalam penggunaannya.
2. Hasil validasi modul yang dinilai oleh pakar ahli atau validator pada subbagian modul persesi dari kegiatan Psikoedukasi “*Let’s Dance*” memiliki isi yang baik dengan rentang skor sesi 1 bergerak dari angka 0,67, sesi 2 dengan angka 0,83 dan sesi 3 dengan angka 0,67 dan terakhir sesi 4 dengan angka 0,75.
3. Hasil skor uji validitas isi modul yang dinilai oleh validator atau *expert judgment* menunjukkan rentang angka skor V bergerak dari 0,67 – 0,83 dengan kategori tinggi – sangat tinggi. Subbagian modul dari kegiatan Psikoedukasi “*Let’s Dance*” memiliki isi yang baik dengan koefisien validitas isi sebesar 0,73. Alat ukur kemampuan visual spasial dikategorikan valid dengan rentang skor di atas 0,50.
4. Hasil skor uji validasi skala yang dinilai oleh validator atau *expert judgment* menunjukkan rentang angka V berada dalam angka 0,50 sampai 0,83 dengan kategori cukup – sangat tinggi. Alat ukur kemampuan regulasi emosi dari modul Psikoedukasi “*Let’s Dance*” memiliki isi yang baik dengan rentang skor di atas 0,50.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dicapai, serta mengingat masih banyaknya keterbatasan dalam penelitian ini, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini memberikan gambaran kepada SMP di Kota Jambi bahwa banyak kegiatan yang dapat dijadikan media untuk membantu remaja meningkatkan kemampuan regulasi emosinya sesuai dengan tugas perkembangannya.

2. Bagi Guru

Penelitian ini diharapkan menjadi salah satu solusi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan guru, terutama guru BK yang berkaitan dengan kemampuan regulasi emosi remaja. Selain itu, penelitian ini dalam psikoedukasi “Let’s Dance” diharapkan dapat diterapkan secara rutin dan menjadi acuan tambahan materi di kelas untuk memberikan dan meningkatkan kemampuan regulasi emosi remaja.

3. Bagi Orang Tua

Penelitian ini menjadi saran bagi orang tua untuk dapat memberikan pengetahuan dan pengertian mengenai regulasi emosi kepada anaknya yang berusia remaja, bisa dengan menggunakan modul Psikoedukasi “Let’s Dance” atau dengan cara lain sehingga minimal remaja mengetahui emosinya dan apa itu regulasi emosi.

4. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan kemampuan regulasi emosinya.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat melanjutkan metode penelitian ini pada tahapan develop dimana perlu melakukan uji eksperimen.