

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Terdapat beberapa kesimpulan dalam penelitian ini, yaitu :

- a) Penelitian ini menghasilkan adanya hubungan yang berkorelasi positif. Hubungan positif artinya semakin tinggi tingkat ketahanan emosional maka akan semakin tinggi juga tingkat kepuasan hidup. Namun sebaliknya, semakin rendah ketahanan emosional maka semakin rendah juga kepuasan hidup.
- b) Pada penelitian ini mendapatkan hasil kesimpulan adanya pengaruh positif pada ketahanan emosional dengan kepuasan hidup, sehingga ketahanan emosional berkontribusi dalam meningkatkan kepuasan hidup.
- c) Berdasarkan pada hasil uji kategorisasi pada variabel ketahanan emosional berada pada kategori tinggi dan kepuasan hidup berada pada kategori sedang.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Praktis

1. Bagi siswa-siswi yang menjadi korban *cyberbullying* dihimbau untuk tidak takut menemui Konselor Sekolah atau Guru BK agar dapat mengikuti sesi bimbingan konseling. Dengan dilaksanakannya sesi bimbingan konseling diharapkan dapat memberikan bantuan emosional dan strategi untuk mengatasi situasi ini.
2. Bagi siswa-siswi yang menjadi pelaku dari tindakan *cyberbullying* dihimbau untuk dapat mengikuti program pembinaan dan bimbingan konseling bersama Konselor Sekolah atau Guru BK. Sehingga, dapat membantu pelaku untuk mengidentifikasi penyebab dari perilaku tindakan *cyberbullying*, memberikan strategi untuk mengelola dari penyebab tersebut, serta Pelaku diharapkan dapat

menjadi bagian dari solusi dengan membantu menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan mendukung di masa depan.

3. Bagi pendidik dan tenaga kependidikan hendaknya dapat mengedukasi lebih kepada siswa-siswi tentang bahayanya perundungan baik *bullying* ataupun *cyberbullying* melalui pembelajaran anti *bullying* yang dimasukkan kedalam materi pembelajaran.
4. Bagi sekolah hendaknya dapat merencanakan dan mengimplementasikan program tentang bahayanya *bullying* ataupun *cyberbullying* dengan mengingat dampak yang akan dialami bagi korban dan kemungkinan bagi pelaku untuk tidak melakukan tindakan perundungan baik secara langsung ataupun melalui jejaring media social dimasa mendatang. Selain itu Sekolah juga dapat membentuk Tim Anti *Bullying* melalui kerjasama dengan Orang Tua, Guru, Tenaga Kependidikan, OSIS, dan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang berkaitan dengan perundungan.

5.2.2 Saran Teoritis

Saran teoritis yang dapat disampaikan bagi peneliti selanjutnya diantaranya :

1. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat fokus dalam meneliti tingkat intensitas penggunaan media sosial dan kualitas pertemanan di media sosial.
2. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan mencari alternatif variabel bebas seperti : dukungan sosial, *self-esteem*, kebermaknaan, ataupun lainnya. Dalam mendukung penelitian, teori-teori penelitian yang digunakan dapat merujuk pada teori-teori yang terbaru agar dapat menyesuaikan dengan kondisi keadaan saat ini.