

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh musik jazz untuk meningkatkan kecerdasan emosi. Hasil analisis dengan menggunakan teknik *Wilcoxon Signed Ranks Test*, diperoleh nilai $Z = -1.604$ dan $p = 0.109$ ($p > 0.05$). Hasil tersebut, ditemukan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kecerdasan emosi pada remaja akhir sebelum diberikan perlakuan berupa mendengarkan musik jazz dan setelah diberi perlakuan mendengarkan musik jazz.

Hal ini disebabkan karena musik jazz bukan musik yang familiar untuk remaja akhir. Musik yang tidak familiar dapat menyebabkan perasaan bingung dan kurang dapat mempengaruhi emosi. Musik jazz belum banyak dipahami masyarakat secara umum, sehingga dapat menikmati dan merasakan musik jazz, seseorang perlu memahami elemen-elemen yang terkandung dalam musik jazz. Kurang familiarnya musik yang diperdengarkan pada remaja akhir, membuat tidak mampu mengidentifikasi dan mengekspresikan emosinya dengan tepat.

Variabel *extranee* dari penelitian ini diantaranya terdapat subjek yang datang terlambat, menggunakan novel sebagai tugas subjek selama perlakuan, dan subjek yang kurang kondusif pada saat perlakuan juga menjadi penyebab tidak berpengaruhnya musik jazz untuk meningkatkan kecerdasan emosi pada remaja akhir.

Selain itu, kecerdasan emosi merupakan proses yang tidak dapat ditingkatkan atau diturunkan dalam waktu yang singkat. Masing-masing aspek kecerdasan emosi memiliki tingkatan kemampuannya yang dipengaruhi oleh saraf yang berada pada otak masing-masing individu, karena otak individu bersifat plastis, dan membutuhkan waktu untuk terus menerus belajar. Keterampilan dalam mengelola emosi masih terus dipelajari dan dikembangkan sebaik-baiknya sampai masing-masing aspek pada kecerdasan emosi dapat terbentuk dari kebiasaan dan upaya yang tepat. Berdasarkan uraian, dapat disimpulkan bahwa musik jazz tidak dapat meningkatkan kecerdasan emosi remaja akhir.

B. Saran

1) Untuk Remaja Akhir

Bagi remaja akhir agar dapat lebih meningkatkan kemampuan untuk memotivasi diri, mengendalikan emosi, mengatur suasana hati, dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir. Remaja akhir dapat mendengarkan jenis musik lain, yang lebih familiar agar dapat merasakan emosi yang positif.

2) Untuk Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya supaya memperjelas karakteristik emosi yang akan diteliti pada remaja akhir agar lebih spesifik. Mempertimbangkan jenis musik yang akan digunakan dalam perlakuan, sebaiknya disesuaikan dengan musik yang biasa diperdengarkan remaja akhir, agar ketertarikannya pada musik tersebut dapat lebih berpengaruh memunculkan emosi positif pada

subjek. Musik yang digunakan juga disesuaikan dengan emosi yang akan diteliti, pemilihannya perlu memperhatikan *tempo, dinamika, harmoni melodi, instrument*, dan lain sebagainya.

Peneliti selanjutnya juga diharapkan melakukan *screening* subjek sebelum melakukan penelitian, agar memperoleh subjek yang lebih banyak dan sesuai dengan kriteria. Peneliti juga dapat membuat langkah-langkah mendengarkan musik jazz, agar subjek lebih fokus dan siap dalam menjalankan rangkaian perlakuan.

Akan tetapi, apabila perlakuannya akan tetap menggunakan musik jazz, maka diperlukan kriteria subjek yang lebih sesuai, dipastikan subjek mengenal musik jazz dan dapat menikmati elemen-elemen pada musik jazz.

3) Untuk Sekolah

Bagi sekolah apabila akan memberikan intervensi dengan media musik, dapat memilih jenis musik yang lebih familiar dengan remaja akhir, agar remaja akhir dapat merasakan emosi positif dari jenis musik yang menjadi kegemarannya.