

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan pada bagian sebelumnya, beberapa hal yang dapat dijadikan simpulan dari penelitian ini, antara lain:

1. Ada pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap penguatan karakter Buddhis, kecerdasan emosional memiliki dampak yang signifikan terhadap penguatan karakter Buddhis yang mencakup kejujuran, ketulusan, empati, rendah hati, rasa puas, sederhana, dan sopan. Individu dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi cenderung lebih memahami dan mengelola emosi baik pada diri sendiri maupun orang lain, sehingga lebih mampu menumbuhkan empati. Karakter Buddhis dapat meningkatkan empati di kalangan siswa, yang pada gilirannya memperkuat interaksi sosial yang positif serta meningkatkan toleransi antarumat beragama. Dengan memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, individu mampu mengembangkan berbagai kualitas positif ini, yang pada akhirnya mendukung pembentukan hubungan interpersonal yang harmonis serta pertumbuhan spiritual.
2. Terdapat pengaruh antara disiplin diri terhadap penguatan karakter Buddhis, disiplin diri memegang peran penting dalam proses penguatan karakter Buddhis, mencakup kejujuran, ketulusan, empati, rendah hati, rasa puas, sederhana, dan sopan dan keseimbangan batin. Penguatan karakter Buddhis memerlukan komitmen untuk menghindari pikiran dan perilaku yang negatif, untuk memperkuat karakter mulia dalam individu. Disiplin diri memungkinkan adanya

konsistensi dalam penegakan nilai-nilai ini dalam kehidupan sehari-hari, seperti pengendalian terhadap dorongan negatif dan pengembangan toleransi terhadap perbedaan. Dengan disiplin yang baik, individu dapat menumbuhkan hubungan sosial yang harmonis serta damai, menciptakan sebuah lingkungan yang saling mendukung.

3. Terdapat pengaruh kecerdasan emosional dan disiplin diri terhadap penguatan karakter Buddhis, kecerdasan emosional dan disiplin diri saling berinteraksi dalam memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penguatan karakter Buddhis. Kecerdasan emosional berfungsi untuk memperdalam pemahaman diri dan pengelolaan emosi, yang mendukung penguatan karakter Buddhis yang berkaitan dengan kasih sayang dan empati. Di sisi lain, disiplin diri memastikan keterlibatan yang konsisten dalam praktik ajaran tersebut. Kombinasi antara keduanya dapat memperkuat keterampilan sosial dan spiritual, mendorong perkembangan individu dalam memahami serta menerapkan nilai-nilai karakter Buddhis. Hal ini menunjukkan bahwa upaya untuk meningkatkan kecerdasan emosional dan disiplin diri dapat memberikan kontribusi positif terhadap kesejahteraan spiritual dan emosional secara keseluruhan.

## **B. Implikasi**

Berdasarkan simpulan yang telah dikemukakan di atas, implikasi dari penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut :

Temuan penelitian ini sejalan dengan ajaran Buddha mengenai karakter Buddhis yang meliputi kejujuran, ketulusan, kemampuan menerima nasihat, kelembutan, rendah hati, rasa puas, kesederhanaan, dan kesopanan (A.IV.150).

diperkuat dengan teori Goleman yang menekankan kecerdasan emosional sebagai dasar hubungan sosial yang sehat, serta konsep disiplin diri yang dijelaskan oleh James Clear berperan penting dalam Pengembangan karakter sehingga menjadi fondasi dalam membangun relasi sosial harmonis. Dengan demikian, peningkatan kecerdasan emosional dan disiplin diri terbukti berkontribusi pada penguatan karakter Buddhis siswa di SMP Smaratungga Boyolali.

1. Kecerdasan emosional memegang peranan yang sangat penting dalam kejujuran, ketulusan, empati, rendah hati, rasa puas, sederhana, dan sopan dan keseimbangan batin melalui penguatan karakter Buddhis. Oleh karena itu, lembaga pendidikan, termasuk sekolah dan universitas, sangat dianjurkan untuk merancang program atau metode pembelajaran yang secara spesifik memfokuskan pada peningkatan kecerdasan emosional peserta didik. Hal ini bertujuan untuk memperkuat interaksi sosial yang positif dan menghormati perbedaan antarumat beragama serta mengurangi potensi terjadinya konflik di sekolah.
2. Disiplin diri terbukti berkontribusi secara signifikan pada konsistensi dalam penerapan nilai-nilai karakter Buddhis, termasuk pengendalian diri dari perilaku negatif serta pengembangan sikap toleran terhadap orang lain. Implikasi dari temuan ini mendorong lembaga pendidikan serta keluarga untuk melaksanakan pelatihan disiplin diri secara berkelanjutan, dengan harapan agar individu dapat membangun karakter yang mulia dan menghasilkan lingkungan sosial yang harmonis dan saling mendukung.

3. Sinergi kecerdasan emosional dan disiplin diri yang baik dapat memperkuat keterampilan sosial serta akses spiritual, sehingga individu menjadi lebih mampu untuk memahami, menerapkan, dan mempertahankan nilai-nilai karakter Buddhis dalam kehidupan sehari-hari. Upaya peningkatan kedua aspek ini secara bersamaan diharapkan dapat memberikan kontribusi positif terhadap kesejahteraan emosional dan spiritual, serta membina hubungan interpersonal yang harmonis dan damai, yang saling menguntungkan antarsesama.

### **C. Saran**

Berdasarkan simpulan dari hasil penelitian, maka penulis menyampaikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Pihak Sekolah

Pihak sekolah diharapkan dapat menyusun program pembelajaran yang efektif serta kegiatan ekstrakurikuler yang benar-benar mendukung pengembangan kecerdasan emosional dan juga kedisiplinan siswa. Beberapa contoh yang bisa dilakukan adalah pelatihan manajemen emosi yang lebih mendalam, kegiatan meditasi terpandu yang rutin, atau pembiasaan perilaku reflektif di dalam kelas. Selain itu, melibatkan siswa dalam diskusi kelompok untuk membahas emosi mereka sendiri bisa menjadi strategi yang baik. Hal ini penting untuk menumbuhkan kejujuran, ketulusan, empati, rendah hati, rasa puas, sederhana, dan sopan dan keseimbangan batin. secara lebih nyata dalam kehidupan sehari-hari siswa yang bersangkutan. Dengan pendekatan ini,

diharapkan siswa tidak hanya cerdas secara akademis, tetapi juga memiliki kecerdasan emosional yang tinggi.

## 2. Bagi Orang Tua

Orang tua dapat dan seharusnya menjadi teladan yang baik dalam pengelolaan emosi serta disiplin di rumah. Pola asuh yang konsisten dan penuh empati sangatlah penting dalam membentuk karakter serta sikap spiritual anak, terutama dalam menumbuhkan nilai-nilai karakter Buddhis yang mendalam. Komunikasi yang terbuka, jujur, dan dukungan emosional yang kuat dari keluarga juga berperan penting dalam memperkuat kecerdasan emosional anak. Keterlibatan aktif orang tua dalam mendengarkan dan memahami perasaan anak sangat dibutuhkan agar anak merasa diperhatikan dan dicintai.

## 3. Bagi Siswa

Siswa diharapkan agar lebih sadar akan pentingnya mengembangkan kecerdasan emosional dan disiplin diri, tidak hanya untuk meraih prestasi akademik yang gemilang, tetapi juga dalam membentuk sikap yang welas asih, penuh sukacita, serta mampu menghargai keberhasilan orang lain tanpa rasa iri. Hal ini juga mencakup memiliki keseimbangan batin dalam menghadapi berbagai situasi yang sulit dan menantang. Oleh karena itu, latihan meditasi dan melakukan refleksi harian dapat menjadi salah satu upaya konkret dalam menumbuhkan sikap positif yang diharapkan ini. Dengan melakukan latihan tersebut secara teratur, siswa tidak hanya meningkatkan kesadaran diri, tetapi juga mampu mengelola emosi mereka dengan lebih baik dan tetap tenang dalam situasi yang penuh tekanan.

#### 4. Bagi Peneliti Sebelumnya

Penelitian ini masih terbatas pada siswa SMP, sehingga disarankan agar penelitian selanjutnya mencakup dan melibatkan jenjang pendidikan lain yang lebih beragam, seperti SMA atau bahkan pendidikan dasar, untuk mendapatkan perspektif yang lebih luas. Selain itu, pendekatan kualitatif yang lebih mendalam dapat digunakan untuk menggali lebih dalam pengalaman dan pandangan siswa mengenai proses dalam penguatan karakter Buddhis. Pendekatan ini dapat memungkinkan peneliti untuk mendapatkan informasi yang lebih rinci dan menyeluruh. Di samping itu, penambahan variabel lain, seperti lingkungan sosial di sekitar siswa atau beberapa praktik spiritual yang mereka lakukan, dapat memperkaya pemahaman dalam menganalisis faktor-faktor yang berpengaruh terhadap penguatan karakter Buddhis. Ini akan memberikan wawasan yang lebih kaya dan komprehensif mengenai topik yang sedang diteliti.