

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 Kesimpulan

Analisis terhadap siswa-siswi SMKN 7 Surakarta menunjukkan bahwa gender secara signifikan memengaruhi psikologi dan perilaku mereka. Pertama, ada perbedaan mencolok dalam kepercayaan diri; siswa laki-laki memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi, terutama di bidang teknis atau kepemimpinan (dominan), karena mereka mengikuti norma sosial maskulinitas yang menuntut ketegasan. Sebaliknya, siswa perempuan cenderung kurang percaya diri di ranah publik karena terinternalisasi oleh norma kesopanan atau keramahan. Kedua, strategi mengelola emosi juga berbeda: siswa laki-laki dominan memilih untuk menekan emosi negatif (*suppression*) demi terlihat kuat, namun hal ini justru meningkatkan risiko stres dan tekanan batin.

Sementara itu, siswa perempuan lebih sering menggunakan cara yang lebih sehat, yaitu mengevaluasi ulang situasi (*reappraisal*) dan mencari dukungan, meskipun ini kadang disalahartikan sebagai terlalu sensitif. Secara keseluruhan, konstruksi sosial tentang apa itu laki-laki dan perempuan sangat memengaruhi cara siswa SMKN 7 Surakarta membangun diri, mengelola emosi, dan berpartisipasi secara efektif dalam lingkungan kejuruan yang intens.

## 5.2 Saran

### 5.2.1. Saran Praktis dan Tegas bagi Sekolah dan Layanan Konseling

1. Layanan Konseling (BK) harus segera mengembangkan program "Regulasi Emosi Cerdas" yang mengajarkan strategi *antecedent-focused* seperti *reappraisal* sebagai alternatif wajib dari penekanan emosi. Selain itu, BK wajib menciptakan ruang aman (*safe space*) agar siswa laki-laki dapat mengekspresikan kerentanan tanpa takut melanggar norma maskulinitas.
2. Untuk Siswa Perempuan (Misi Menguasai Panggung)  
Sekolah harus mengadakan Pelatihan Kepemimpinan Vokasional & *Public Speaking* Berani yang dirancang untuk meningkatkan *self-efficacy* mereka di depan umum dan dalam pengambilan keputusan teknis, melawan konflik internal antara kompetensi dan norma kesopanan.
3. Untuk Seluruh Siswa (Misi Netral Gender)  
Pendidikan Literasi Gender Kritis harus diimplementasikan secara berkala untuk membongkar stereotip kaku, menanamkan kesadaran bahwa kepercayaan diri dan keahlian teknis tidak terikat pada jenis kelamin.

### 5.2.2. Saran untuk Penelitian Selanjutnya

1. Fokus Variabel Kritis  
Penelitian selanjutnya dapat fokus pada strategi regulasi emosi spesifik (perbandingan efektivitas *reappraisal* vs. *suppression*) dan mengaitkannya dengan variabel kontekstual SMK, seperti stres akademik atau perilaku *bullying*.
2. Perluasan Populasi

Mereplikasi penelitian di SMA umum akan memungkinkan perbandingan yang komprehensif mengenai bagaimana konteks pendidikan (vokasional vs. umum) memengaruhi manifestasi gender pada aspek psikologis remaja.

