

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Dibawah ini dipaparkan simpulan dan rekomendasi terkait penelitian yang sudah dilakukan, akan dijelaskan mendetail dalam bab ini.

5.1 Simpulan

Dalam penelitian tentang intervensi konseling naratif terhadap peningkatan harga diri remaja madya yang dilakukan di SMA Negeri 1 Bandung, hasilnya menunjukkan bahwa konseling naratif dapat diterapkan pada remaja yang mengalami masalah harga diri rendah dengan pengalaman *self-harm*. Penelitian tersebut melibatkan beberapa remaja, yaitu N, A dan F. Dalam konseling naratif yang dilakukan peneliti cukup sulit menerapkan tahap *relative influence as a detecting clues to competence* pada ketiga konseli karena ketiganya cenderung kesulitan ketika harus menjelaskan situasi mereka saat masalah tidak datang padanya. Mereka beranggapan bahwa masalah selalu datang kepadanya. Selain itu, peneliti cukup sulit menerapkan tahap *deconstructions of unique outcomes* pada konseli N yaitu konseli cukup sulit menentukan tindakan apa yang akan ia lakukan kedepannya. Konseli mengatakan bahwa saat menghadapi masalah yang tidak bisa diselesaikan sendiri, ia akan bercerita pada temannya. Namun ia tidak yakin karena sudah beranggapan tidak akan ada teman yang mau mendengarkannya, dan apabila hal itu terjadi ia akan memendam semuanya sendiri lagi.

Namun secara keseluruhan, tujuh tahap konseling naratif dapat diterapkan pada ketiganya. Hanya saja, penerapan cukup sulit dilakukan pada konseli F. Hal ini terjadi karena F cenderung masih sering melakukan *self-harm* ketika berada dalam masa konseling. Sehingga, setiap sesi konseling dimulai F cenderung selalu menceritakan bahwa ia baru saja melakukan *self-harm* kemarin. Selain itu peneliti cukup sulit memecahkan anggapan-anggapan negatif konseli F yang selalu mengarah pada konseli yang tidak dihargai teman-temannya. Selain itu, konseli F juga cukup sulit mengemukakan pendapatnya.

Walaupun begitu, ketiga konseli memiliki perubahan positif dalam harga diri, namun untuk perilaku *self-harm* nya konseli F masih melakukan walau dengan intensitas yang jarang. Sedangkan konseli N dan A sudah tidak melakukan *self-harm* sama sekali. Artinya harga diri bukanlah satu-satunya variabel seseorang menentukan *self-harm*. Kemudian, tujuan dari konseling naratif disini untuk meningkatkan harga diri dimana *self-harm* menjadi gejala nya. Maka, konseling naratif dapat lebih difokuskan untuk meningkatkan harga diri remaja pada aspek *significance* yaitu penerimaan berupa pengakuan dan penghargaan yang diterima serta popularitas individu di lingkungannya.

5.2 Rekomendasi

Dibawah ini dipaparkan rekomendasi untuk guru BK dan untuk peneliti selanjutnya.

5.2.1 Guru BK

Berikut ini dipaparkan rekomendasi yang perlu diperhatikan oleh guru BK diantaranya.

- A. Memerlukan pemilihan konseli yang selektif, maka sebaiknya dilakukan asesmen yang tepat dengan pengumpulan data dan informasi konseli yang lebih mendalam sebelum diberikan intervensi konseling naratif.
- B. Konseling naratif dapat diterapkan pada rancangan domain pribadi dengan layanan kuratif untuk mengatasi permasalahan pada aspek perkembangan kematangan emosi dengan internalisasi tujuan berupa tindakan.
- C. Konseling naratif dapat diterapkan untuk remaja dengan permasalahan yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis misalnya konsep diri rendah, sulit mengemukakan pendapat dan keterbukaan diri.
- D. Guru BK sebaiknya melakukan konseling naratif untuk konseli F yang difokuskan pada aspek *significance* dengan indikator penerimaan berupa penghargaan, perhatian dan kepedulian yang diterima individu dari orang lain dan popularitas individu di lingkungannya khususnya interaksi dengan teman sebaya.

- E. Guru BK dapat melakukan Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) berupa *classroom expert* dengan pemberian layanan Bimbingan dan Konseling untuk meningkatkan harga diri peserta didik.

5.2.2 Penelitian Selanjutnya

Berikut ini dipaparkan rekomendasi yang perlu diperhatikan pada penelitian selanjutnya diantaranya.

- A. Penelitian *mixed-method* dengan desain *the embedded design* cukup kompleks untuk dilakukan, sehingga peneliti selanjutnya diharapkan untuk terlatih
- B. Sampel penelitian ketiganya ialah perempuan, alangkah lebih baik apabila dapat menganalisis secara jenis kelamin sehingga diarahkan sampel penelitian kedepannya perempuan dan laki-laki.
- C. Sampel penelitian juga perlu lebih diperhatikan dalam rumpun kognitif karena konseling naratif ini didasarkan pada pola pikir bagaimana seseorang dapat memaknai suatu kejadian.
- D. Karakteristik sampel penelitian yang lebih dikontrol yaitu adanya pengaruh lingkungan berupa remaja yang memiliki permasalahan dengan teman sebaya
- E. Waktu penelitian yang tidak menjamin hasil, dimana proses penelitian itu membutuhkan waktu yg cukup lama, artinya tidak bisa diterapkan dengan konseling yang mengacu pada *brief counseling*
- F. Peneliti dapat melakukan konseling naratif untuk meningkatkan variabel lain, karena harga diri bukan satu-satunya variabel penentu seseorang melakukan *self-harm*