

## BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Pada bab ini akan dibahas mengenai simpulan dari penelitian analisis pola perilaku *self-efficacy* remaja yang mengalami *emotional abuse* dan rekomendasi kepada Guru BK, dan kepada peneliti berikutnya.

### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil bibliometrik VosViewer pada tahun 2013 sampai tahun 2023 memperlihatkan bahwa penelitian terkait *self-efficacy* dan *emotional abuse* belum banyak menjadi perhatian literature. Penelitian ini mengupas mengenai pola perilaku *self-efficacy* dari remaja yang mengalami *emotional abuse* dengan hasil analisis yang dapat disimpulkan sebagai berikut.

- 1) Kecenderungan terbesar sumber *self-efficacy* partisipan pertama memiliki tingkatan yang tinggi dari bujukan verbal dan sumber *self-efficacy* partisipan kedua memiliki tingkatan yang tinggi pula namun bersumber dari pengalaman pemenuhan kinerja dalam setiap dimensinya. Seseorang yang sangat bergantung pada bujukan verbal untuk meningkatkan *self-efficacy* menunjukkan bahwa pujian memiliki dampak besar terhadap keyakinan dirinya dimana F berarti mencari validasi secara eksternal dan dorongan verbal untuk merasa kompeten atau bernilai, hal ini mencerminkan bahwa F membutuhkan persetujuan social atau perhatian positif, individu seperti ini cenderung lebih rentan terhadap perubahan suasana hati yang bergantung pada respon verbal dari orang lain. Oleh karena itu, pemberian layanan bimbingan dan konseling klasikal dengan metode kognitif terapi untuk membantu individu mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negative yang dapat mempengaruhi perasaannya sehingga ia akan mampu memahami hubungan antara respon verbal dan perubahan suasana hati dan pemberian layanan bimbingan dan konseling klasikal dengan metode konseling individu dapat diberikan kepada individu mengenai motivasi untuk berprestasi dan rasa puas dari prestasi karena individu yang memiliki *self-efficacy* dari pengalaman pemenuhan kinerja rentan terhadap perasaan gagal dalam mencapai standar atau kesulitan kinerja.
- 2) Perbedaan gender yang berasal dari konstruksi sosial (budaya) kedua partisipan menimbulkan adanya perbedaan cara berpikir, partisipan F yang memiliki latar

belakang budaya sunda dimana terdapat nilai-nilai seperti kekeluargaan, gotong royong dan saling mendukung dapat memperkuat kecenderungan untuk memberikan bujukan verbal sebagai dorongan positif dalam meningkatkan *self-efficacy* sementara Y dengan latar belakang budaya minahasa dimana Y cenderung memandang pengalaman pemenuhan kinerja sebagai cara utama untuk membuktikan kemampuannya dan meningkatkan keyakinan diri. Sehingga hal ini menyebabkan adanya perbedaan sumber *self-efficacy* yang diterima oleh tiap partisipan. Kecenderungan dari masyarakat sendiri untuk memberikan bujukan verbal kepada laki-laki mampu memberikan dorongan yang positif sehingga mampu meningkatkan keyakinan diri mereka, di sisi lain Perempuan lebih cenderung memperoleh *self-efficacy* melalui pengalaman pemenuhan kinerja yang dapat melibatkan konfirmasi kemampuan mereka melalui tindakan nyata.

## 5.2 Rekomendasi

Berdasarkan penelitian mengenai analisis pola perilaku *self-efficacy* remaja yang mengalami *emotional abuse* terdapat beberapa rekomendasi yang ditujukan kepada pihak Guru BK dan peneliti selanjutnya. Berikut adalah rekomendasi untuk masing-masing pihak.

### 5.3.1 Guru Bimbingan dan Konseling

Berdasarkan hasil penelitian mengenai analisis pola perilaku *self-efficacy* remaja yang mengalami *emotional abuse*, rekomendasi yang dapat dilakukan oleh Guru BK adalah melaksanakan layanan bimbingan dan konseling bagi siswa terkait *self-efficacy* dengan merujuk kepada hasil kesimpulan berikut ini:

1. Pemberian layanan bimbingan dan konseling klasikal dengan metode kognitif terapi untuk membantu individu mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negative yang dapat mempengaruhi perasaannya sehingga ia akan mampu memahami hubungan antara respon verbal dan perubahan suasana hati
2. Pemberian layanan bimbingan dan konseling klasikal dengan metode konseling individu dapat diberikan kepada individu mengenai motivasi untuk berprestasi dan rasa puas dari prestasi karena individu yang memiliki *self-efficacy* dari pengalaman pemenuhan kinerja rentan terhadap perasaan gagal dalam mencapai standar atau kesulitan kinerja

### 5.3.2 Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian mengenai analisis pola perilaku *self-efficacy* remaja yang mengalami *emotional abuse*, rekomendasi yang dapat diberikan kepada peneliti selanjutnya dari sisi metode penelitian adalah menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain survei untuk mengkaji *self-efficacy* remaja yang mengalami *emotional abuse* berada pada tahap perkembangan level yang berbeda dengan mempertimbangkan keterbatasan yang telah dipaparkan sebelumnya.