

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik penulisan secara ekspresif untuk mengetahui peningkatan rasa bahagia siswa di SMA Terpadu Ar-Risalah Cijantung IV Ciamis dikembangkan berdasarkan kajian teoritis tentang Bimbingan Kelompok, Menulis Ekspresif, Kebahagiaan Siswa dan kajian empiris berdasarkan pengalaman dan mengimplementasikan program Bimbingan kelompok dengan teknik menulis ekspresif untuk meningkatkan kebahagiaan siswa. Penelitian ini kemudian memperoleh beberapa kesimpulan seperti halnya:

1. Profil kebahagiaan siswa umumnya berada pada kategori cukup bahagia, artinya siswa mampu mencapai 2 – 3 aspek kebahagiaan.
2. Program bimbingan kelompok dengan teknik menulis ekspresif untuk meningkatkan kebahagiaan siswa dikembangkan berdasarkan profil kebahagiaan siswa yang telah melalui uji rasional oleh pakar dan praktisi Bimbingan dan Konseling. Program kemudian dicoba untuk diimplementasikan kepada siswa untuk melihat bagaimana realisasi program dilapangan.
3. Kegiatan Bimbingan kelompok dengan teknik menulis ekspresif efektif membantu siswa untuk meningkatkan kebahagiaan dirinya. Hal ini terbukti dengan adanya signifikansi positif pada diri siswa yang meliputi 4 aspek kebahagiaan diantaranya *positive emotion, engagement, relationship, meaning*, kecuali 1 aspek yang tidak signifikan yaitu aspek *Accomplishment*.

5.2 Implikasi

Adapun implikasi dari kegiatan Bimbingan kelompok dengan teknik menulis ekspresif ini dapat dipahami melalui dua sudut pandang yaitu secara

teoritis dan empiris. Adapun implikasi yang dimaksudkan adalah sebagai berikut.

5.2.1 Implikasi Teoretis

Secara teoritis, penelitian kemudian dapat memberikan tambahan kajian keilmuan baru mengenai alternatif kegiatan bimbingan kelompok dalam upaya meningkatkan kebahagiaan siswa. Dalam hal ini, penelitian juga dapat dimanfaatkan sebagai referensi dan rujukan bagi penelitian lanjutan yang berkenaan dengan kebahagiaan.

5.2.2 Implikasi Praktis

Secara praktis, penelitian dapat dimanfaatkan sebagai perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi dari program layanan yang ditujukan untuk mengembangkan kebahagiaan siswa guna memperoleh layanan bimbingan dan konseling yang kreatif, inovatif dan menarik bagi siswa.

5.3 Rekomendasi

Rekomendasi dalam penelitian diberikan berdasarkan temuan hasil, keterbatasan dan simpulan. Adapun rekomendasi yang dapat diberikan sebagai berikut.

5.3.1 Rekomendasi bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian yang didapat menunjukkan bahwa teknik menulis ekspresif diketahui berguna untuk meningkatkan kebahagiaan siswa. Efikasi dari program bimbingan kelompok dengan teknik menulis ekspresif juga diketahui efektif bagi kebahagiaan siswa, sehingga program tersebut pada dasarnya dapat diimplementasikan dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Namun perlu diperhatikan bahwa sebelum dilakukannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik menulis ekspresif, guru bimbingan dan konseling terlebih dahulu melakukan *need assessment* kepada siswa,

agar guru bimbingan dan konseling memperoleh gambaran secara umum pada jenjang yang akan diukur tingkat kebahagiaannya.

Setelah itu, guru bimbingan dan konseling perlu memahami Langkah-langkah utama pada saat proses pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik menulis ekspresif, agar guru bimbingan dan konseling lebih paham terkait dengan Tingkat kebahagiaan siswa, beserta dengan latar belakang siswa tersebut.

5.3.2 Rekomendasi Penelitian Selanjutnya

Berdasarkan keterbatasan penelitian & hasil penelitian dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik menulis ekspresif diketahui memiliki masukan yang dapat diberikan kepada peneliti selanjutnya yang ingin meneliti mengenai kebahagiaan siswa. Saran yang diberikan dapat meliputi:

1. Sampel penelitian tidak memadai hanya 50 orang siswa pada kelas X, hal ini menunjukkan bahwa peneliti selanjutnya direkomendasikan untuk meneliti pada sampel yang cukup banyak dan pada jenjang kelas yang berbeda.
2. Penelitian hanya dilakukan di jenjang SMA, hal ini menunjukkan bahwa peneliti selanjutnya direkomendasikan untuk meneliti pada jenjang akademik lainnya seperti SMP, SMK/MA, atau Perguruan Bahagia.
3. Penelitian hanya dilakukan dengan layanan bimbingan kelompok dengan teknik menulis ekspresif, hal ini menunjukkan bahwa peneliti selanjutnya direkomendasikan untuk meneliti dengan menggunakan teknik lain yang lebih menunjang siswa agar siswa tersebut lebih bahagia.
4. Tidak meneliti faktor-faktor kebahagiaan.