

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Bab lima membahas simpulan dari penelitian analisis dinamika *self-disclosure* pada siswa sekolah menengah pertama dan rekomendasi bagi guru bimbingan dan konseling serta bagi peneliti selanjutnya.

#### **5.1 Simpulan**

Penelitian mengeksplorasi dinamika *self-disclosure* pada siswa Sekolah Menengah Pertama dengan temuan analisis mengenai dampak emosional *self-disclosure*, faktor pembentuk *self-disclosure*, alasan *self-disclosure*, pilihan *self-disclosure*, dan risiko *self-disclosure*. Pengungkapan diri secara emosional memberikan dampak pada kesejahteraan emosional siswa. Proses ini memicu perasaan galau, seperti malu, canggung, dan khawatir yang dapat muncul pada berbagai situasi tertentu. Proses *self-disclosure* pada siswa adalah hasil dari pengaruh berbagai interaksi sosial dan pembelajaran yang dialami dalam kehidupan sehari-hari. *Self-disclosure* pada siswa terbentuk melalui pengaruh dari tuntunan orang tua dan pengalaman pribadi.

Pertimbangan siswa untuk melakukan *self-disclosure* yaitu keinginan untuk menyampaikan perasaan nya, mengembangkan citra diri, dan memotivasi orang lain. Sedangkan beberapa hal yang menjadi pertimbangan siswa untuk tidak mengungkapkan informasi pribadi kepada orang lain yaitu untuk menjaga privasi dan menganggap kepentingan atau masalah yang dibagikan tidak penting bagi orang lain. Siswa memilih kepada siapa mereka mengungkapkan diri berdasarkan kebutuhan akan dukungan, pemahaman, dan kenyamanan. Siswa mengungkapkan diri mereka kepada orang tua dan teman dengan pertimbangan masing-masing. Dampak pengungkapan diri bergantung pada bagaimana informasi tersebut diterima dan ditanggapi oleh orang lain. Dampak dari pengungkapan diri siswa dapat berpengaruh pada timbulnya konflik seperti provokasi dan kesalahpahaman.

## 5.2 Rekomendasi

Berdasarkan temuan penelitian mengenai eksplorasi dinamika *self-disclosure* pada siswa sekolah menengah pertama, terdapat beberapa rekomendasi yang ditujukan kepada guru bimbingan dan konseling dan peneliti selanjutnya. Berikut adalah rekomendasi untuk masing-masing pihak.

### 5.3.1 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling diharapkan mengimplementasikan rancangan layanan bimbingan kelompok untuk pengembangan *self-disclosure* siswa. Rancangan bimbingan kelompok ini akan lebih tepat digunakan pada saat masa pengenalan lingkungan sekolah, awal tahun ajaran baru, ataupun ketika pembentukan kelas baru. Guru bimbingan dan konseling dapat memodifikasi metode maupun materi layanan bimbingan kelompok pada tahap awal, tahap transisi, atau tahap terminasi. Rancangan layanan bimbingan kelompok dapat dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan siswa. Alangkah lebih baik apabila guru bimbingan dan konseling memberikan *assessment* sederhana sebelum dan sesudah dilakukan layanan agar dapat mengetahui apakah siswa dapat mencapai tujuan dilakukannya bimbingan kelompok.

### 5.3.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan keterbatasan dalam penelitian, selanjutnya diberikan rekomendasi bagi peneliti selanjutnya agar dapat melaksanakan penelitian dengan pemilihan metode yang lebih tepat. Rekomendasi bagi peneliti selanjutnya dijelaskan sebagai berikut.

- 1) Penelitian selanjutnya dapat menggunakan teori yang dikemukakan oleh Wheelless & Grotz (1976) agar dapat lebih mudah memahami dan menggali aspek serta indikator perilaku secara operasional.
- 2) Pengumpulan data dapat dilakukan dengan *multiple instrument* dan menambah jumlah partisipan yang dilibatkan dalam penelitian.

- 3) Melakukan triangulasi data sebagai teknik validasi keakuratan temuan penelitian dengan melibatkan teman atau orang tua dari partisipan utama agar potret perilaku yang akan dieksplorasi lebih komprehensif.