

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, diperoleh kesimpulan sebagai berikut. Secara umum profil kemarahan siswa kelas XI SMK Profita tahun ajaran 2013/2014 adalah berada pada kategori sedang. Hal ini menjelaskan bahwa kemarahan dirasakan oleh siswa akan tetapi tidak berdampak negatif. Dengan demikian kemarahan menjadi fenomena yang perlu mendapatkan perhatian khusus dari konselor karena ketika tidak ditangani, maka masalah kemarahan yang dialami akan semakin meningkat.

Bentuk ekspresi yang paling dominan yang dialami oleh siswa kelas XI SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014 adalah tipe ekspresi kemarahan reaktif. Tipe ekspresi kemarahan ini cenderung membalas secara langsung terhadap situasi atau reaksi yang memicu kemarahan. Remaja yang menunjukkan kemarahan reaktif yang cenderung impulsif dan hiperaktif seperti melakukan penyerangan langsung ketika ada situasi yang memicu kemarahan.

Dari hasil intervensi yang telah diberikan dapat disimpulkan bahwa konseling ego state efektif dalam menangani siswa dengan masalah pengelolaan kemarahan. Efektivitas ini dilihat dari beberapa hal diantaranya adalah dengan adanya penurunan (*trend*) skor kemarahan berdasarkan analisis grafik pada fase baseline dan intervensi. Selain itu, berdasarkan dari hasil uji *Percentage Non-Overlapping Data* (PND) menunjukkan konseling ego state sangat efektif dalam menurunkan skor kemarahan konseli IA dan YH. Hal ini mengindikasikan bahwa konseling ego state sangat berhasil dalam mereduksi kemarahan yang dirasakan dan sangat mampu meningkatkan kemampuan pengelolaan kemarahan. Sementara pada kasus konseli HF, konseling ego state efektif dalam menurunkan skor kemarahan konseli HF. Selain itu, hasil evaluasi dengan melakukan wawancara menunjukkan bahwa konseli merasakan perubahan dengan adanya perubahan

Gian Sugiana Sugara, 2014

Penggunaan konseling ego state untuk mengelola kemarahan (penelitian *single subject* pada siswa kelas xi smk profita bandung tahun ajaran 2013/2014)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

respon terhadap reaksi atau situasi yang memicu kemarahan. Konseli merasa lebih sabar dan tenang dalam menyikapi situasi memicu kemarahan. Temuan ini menunjukkan bahwa secara umum konseling ego state efektif dalam mengelola kemarahan siswa.

B. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, direkomendasikan hal-hal sebagai berikut :

1. Bagi Konselor

Hasil penelitian menunjukkan konseling ego state efektif dalam menurunkan kemarahan siswa. Dengan demikian, konselor dapat menerapkan upaya kuratif maupun preventif. Upaya kuratif yakni pendekatan konseling ego state dalam menangani siswa yang tidak mampu mengelola kemarahan di sekolah. Sementara upaya preventif yakni konselor dapat mengagendakan program bimbingan untuk meningkatkan keterampilan mengelola kemarahan.

2. Bagi Dosen Pengampu Mata Kuliah Teori dan Praktek Konseling

Hasil penelitian menunjukkan kemarahan merupakan masalah pribadi yang memerlukan perhatian khusus dari konselor yang memerlukan keterampilan spesifik dalam menangani konseli dengan masalah pengelolaan kemarahan. Dengan demikian, Dosen pengampu mata kuliah Teori dan Praktek Konseling dapat memasukan pendekatan konseling ego state dalam kurikulum teori konseling.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas subjek penelitian tentang kemarahan tidak hanya pada jenjang Sekolah Menengah Kejuruan akan tetapi subjek dapat diperluas pada jenjang yang lebih rendah misalnya Sekolah Menengah Pertama atau meneliti dalam setting yang lain seperti mahasiswa, panti asuhan atau di rumah sakit dengan subjek penderita penyakit kronis. Selain itu, bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menguji keefektifan konseling ego

Gian Sugiana Sugara, 2014

Penggunaan konseling ego state untuk mengelola kemarahan (penelitian *single subject* pada siswa kelas xi smk profita bandung tahun ajaran 2013/2014)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

state dalam *setting* kelompok. Peneliti selanjutnya dapat melakukan perbandingan keefektifan pendekatan konseling ego state dibandingkan dengan pendekatan lain seperti *Cognitive Behavior Therapy* atau *Rational emotive behaviour therapy*.

Gian Sugiana Sugara, 2014

Penggunaan konseling ego state untuk mengelola kemarahan (penelitian *single subject* pada siswa kelas xi smk profita bandung tahun ajaran 2013/2014)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu