

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Pada bab ini dipaparkan kesimpulan berdasarkan temuan hasil penelitian, implikasi serta rekomendasi.

5.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Gambaran harga diri peserta didik kelas VII yang pernah mengalami perundungan di SMP Negeri 56 Bandung mayoritas berada pada kategori harga diri yang sedang. Temuan hasil penelitian menggambarkan peserta didik kelas VII yang pernah mengalami perundungan di SMP Negeri 56 Bandung memiliki empat aspek pada harga diri yaitu kekuatan, keberartian, kebajikan, dan kemampuan. Keempat dari aspek harga diri tersebut berada pada kategori sedang. Artinya, indikator-indikator harga diri belum sepenuhnya mampu dicapai oleh peserta didik dengan optimal.
- b. Program konseling teknik restrukturisasi kognitif ini dirancang berdasarkan komponen-komponen yang terdiri dari: 1) rasional; 2) gambaran/deskripsi kebutuhan; 3) maksud dan tujuan program; 4) subjek/sasaran program; 5) kemampuan/kompetensi yang harus dimiliki guru BK; 6) peran guru bimbingan dan konseling; 7) tahapan dan teknik yang digunakan; 8) penilaian dan evaluasi; serta 9) pengembangan RPL (Rencana Pelaksanaan Layanan). Setelah melalui uji rasional hasil yang diperoleh yaitu layak dan memadai sehingga dapat diterapkan di sekolah tujuan.
- c. Skor rata-rata kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan, sementara kelompok kontrol tidak mengalami perubahan sehingga teknik yang digunakan terbukti efektif dalam meningkatkan harga diri peserta didik kelas VII yang pernah mengalami perundungan di SMP Negeri 56 Bandung.

5.2 Implikasi

Hasil penelitian ini memiliki implikasi sebagai berikut:

- a. Implikasi Teoretis.

Secara teoritis, temuan pada hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi untuk penelitian di masa depan, khususnya penelitian pada bidang bimbingan dan

konseling pada tingkat SMP. Hasil penelitian dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya.

b. Implikasi praktis

Secara praktis, bagi keilmuan guru BK, konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif dalam peningkatan harga diri peserta didik ini dapat dijadikan sebagai referensi atau pedoman khususnya untuk penelitian pada jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama. Program konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif ini merupakan program yang dirancang untuk membantu siswa mengatasi masalah yang mereka hadapi, sehingga dapat mendukung optimalisasi layanan BK di sekolah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif mampu meningkatkan harga diri peserta didik yang pernah mengalami perundungan pada sampel yang bersangkutan yakni siswa kelas VII SMP Negeri 56 Bandung.

5.3 Rekomendasi

Rekomendasi dapat dipaparkan berdasarkan hasil penelitian adalah sebagai berikut:

a. Bagi Sekolah Yang Bersangkutan

Program intervensi konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif terbukti berhasil dalam meningkatkan harga diri peserta didik yang pernah mengalami perundungan. Oleh karena itu, guru BK atau konselor di tingkat SMP dapat menerapkan program ini untuk meningkatkan harga diri peserta didik.

b. Bagi Penelitian Selanjutnya

Agar hasil penelitian lebih efektif dan efisien, peneliti berikutnya disarankan untuk:

1. pengumpulan data dapat dilakukan kepada sasaran penelitian yang lebih luas seperti remaja akhir atau dewasa awal.
2. mencoba melibatkan sasaran sampel penelitian yang lebih banyak
3. mengembangkan teknik restrukturisasi kognitif dengan kegiatan yang lebih beragam agar proses konseling lebih menyenangkan