

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Kesimpulan penelitian berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah diuraikan dalam bab 4 di antaranya sebagai berikut.

1. Profil optimisme disposisional peserta didik yang kehilangan orang tua di SMA Negeri 2 Lembang berdasarkan aspek optimisme menunjukkan peserta didik tergolong optimis berdasarkan aspek ekspektasi positif (57 orang), tetapi peserta didik tergolong pesimis berdasarkan aspek ekspektasi negatif (73 orang). Perbedaan antaraspek mencerminkan ambivalensi optimisme serta kesiapan peserta didik dalam menerima kehilangan dan kesadaran terhadap kehilangan yang tinggi, sehingga peserta didik lebih tepat dikategorikan sebagai *pesimis menuju optimis* daripada dikategorikan dalam satu kategori absolut. Hasil penelitian sejalan dengan teori optimisme disposisional dan mengindikasikan optimisme yang dimiliki bersifat parsial serta belum stabil.
2. Layanan bimbingan pribadi berbasis bimbingan kelompok dan konseling kelompok untuk meningkatkan optimisme disposisional peserta didik yang kehilangan orang tua dikembangkan berdasarkan analisis indikator dari profil optimisme peserta didik. Layanan bimbingan pribadi secara lengkap dapat dilihat dalam Lampiran 3 dengan struktur mencakup rasional, dasar hukum, visi dan misi, deskripsi kebutuhan, tujuan, komponen program, bidang layanan, rencana operasional, pengembangan tema, evaluasi, pelaporan, tindak lanjut, sarana dan prasarana, anggaran biaya, serta pengembangan rencana pelaksanaan layanan (RPL).

5.2 Rekomendasi

Rekomendasi berdasarkan hasil penelitian tentang optimisme peserta didik yang kehilangan orang tua di SMA Negeri 2 Lembang di antaranya sebagai berikut.

1. Rekomendasi bagi Sekolah dan Guru Bimbingan dan Konseling

Berdasarkan hasil penelitian, peserta didik yang kehilangan orang tua menunjukkan kecenderungan optimisme yang belum stabil, dengan sebagian besar peserta memiliki ekspektasi positif terhadap masa depan tetapi masih dibayangi oleh ekspektasi negatif dalam menafsirkan kemungkinan buruk. Pihak sekolah bersama guru bimbingan dan konseling diharapkan dapat mengimplementasikan layanan bimbingan pribadi berbasis bimbingan kelompok dan konseling kelompok sesuai dengan rancangan program yang telah disusun sebagai alternatif program.

Layanan bimbingan pribadi ditujukan untuk menumbuhkan dan mempertahankan ekspektasi positif terhadap masa depan, mengurangi intensitas pikiran negatif dan ekspektasi buruk yang bersifat menghambat pemulihan psikologis, serta mengembangkan pola pikir adaptif sebagai respons terhadap pengalaman kehilangan. Program bimbingan yang disusun diharapkan dapat berkontribusi dalam menjaga kesehatan mental peserta didik, meningkatkan resiliensi, dan mencegah munculnya gangguan perilaku atau disfungsi emosional yang lebih serius pada remaja pascakehilangan orang tua.

2. Rekomendasi bagi Peneliti Berikutnya

Penelitian difokuskan pada penyusunan layanan bimbingan pribadi berdasarkan profil optimisme peserta didik yang kehilangan orang tua, tanpa membandingkan dengan kelompok lain atau mempertimbangkan faktor eksternal secara mendalam. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk:

- a. Menganalisis faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi tingkat optimisme, seperti jenis kelamin, waktu sejak kehilangan, dukungan sosial, dan status pengasuhan setelah kehilangan.
- b. Melakukan uji efektivitas terhadap rancangan layanan bimbingan pribadi yang telah disusun dalam penelitian, untuk mengukur dampak layanan secara empiris terhadap peningkatan optimisme dan kesehatan psikologis peserta didik.