

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka diperoleh simpulan dan rekomendasi yang dapat dijadikan masukan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok menggunakan teknik latihan kelompok (*group exercises*) untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri.

#### **A. Simpulan**

1. Secara umum kemampuan penyesuaian diri santri pesantren Banuraja berada pada kategori sedang. Apabila dilihat berdasarkan aspeknya, terdapat dua aspek kemampuan penyesuaian diri yang berada pada kategori rendah yaitu: aspek perkembangan kebiasaan yang bermanfaat dan aspek orientasi yang adekuat terhadap realitas. Kemudian apabila dilihat berdasarkan indikatornya, terdapat empat indikator kemampuan penyesuaian diri yang berada pada kategori rendah yaitu: (1) indikator kematangan emosional dalam aspek kematangan respon; (2) indikator merespon tuntutan-tuntutan dalam kehidupan sehari-hari dengan cepat dan efisien dalam aspek perkembangan kebiasaan yang bermanfaat; (3) indikator tidak terlalu memilih-milih pekerjaan atau tugas dalam aspek minat yang luas terhadap berbagai aktivitas di pesantren; dan (4) indikator memiliki orientasi yang wajar terhadap waktu dalam aspek orientasi yang adekuat terhadap realitas.
2. Hasil validasi rasional pakar bimbingan dan konseling terhadap rumusan program bimbingan kelompok menggunakan teknik latihan kelompok (*group exercises*) dinilai layak sebagai suatu kerangka kerja layanan untuk meningkatkan penyesuaian diri santri. Kerangka kerja layanan tersebut dijabarkan ke dalam komponen-komponen program yang terdiri dari: (1) rasional; (2) deskripsi kebutuhan; (3) tujuan program; (4) strategi layanan; (5)

sasaran program; (6) rencana operasional; (7) pengembangan tema; dan (8) evaluasi.

3. Program bimbingan kelompok menggunakan teknik latihan kelompok (*group exercises*) terbukti efektif untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri. Ada enam aspek kemampuan penyesuaian diri yang meningkat secara signifikan yaitu: (1) integrasi pribadi (aspek 4); (2) tujuan yang jelas dan terarah (aspek 5); (3) kematangan respon (aspek 9); (4) perkembangan kebiasaan yang bermanfaat (aspek 10); (5) minat yang luas terhadap berbagai aktivitas di pesantren (aspek 14); dan (6) orientasi yang adekuat terhadap realitas (aspek 16).

## **B. Rekomendasi**

Berdasarkan hasil penelitian, berikut ini beberapa hal yang dapat direkomendasikan kepada pihak-pihak terkait dalam bidang pendidikan khususnya pendidikan pesantren.

### **1. Bagi Pimpinan atau Pengelola Pesantren**

Kiai sebagai pemimpin dan pengelola pesantren yang memiliki otoritas tertinggi di pesantren hendaknya mempertimbangkan manfaat layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik latihan kelompok (*group exercises*) ini untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri para santrinya, sehingga keberadaan guru pembimbing di pesantren menjadi sesuatu yang juga perlu dipertimbangkan.

### **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *simple random sampling* sehingga pada proses pengambilan sampel peneliti tidak memperhatikan tingkatan atau strata pada subjek penelitian yang beragam dan berjenjang. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan teknik pengambilan sampel yang berbeda seperti *stratified random sampling*, sehingga sampel dapat mewakili keragaman atau variasi dari populasi penelitian.

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

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

Peneliti selanjutnya dapat menggunakan alat pengumpul data selain kuesioner misalnya wawancara, memperluas sampel penelitian dengan karakteristik sampel penelitian yang berbeda dan dapat mengembangkan penelitian dengan mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri santri seperti orang tua, keluarga, latar belakang budaya, dan sebagainya, agar menghasilkan penelitian yang lebih mendalam.