

BAB VI

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI PENELITIAN

Bab VI membahas kesimpulan dan rekomendasi dari keseluruhan penelitian. Kesimpulan penelitian adalah inti dari seluruh penelitian yang dibuat menjadi poin-poin utama penelitian. Rekomendasi penelitian bertujuan untuk memberikan saran praktis dan teoritis berdasarkan hasil penelitian.

6.1 Kesimpulan Penelitian

Kesimpulan dalam penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan menghasilkan poin kesimpulan sebagai berikut.

1. Hasil uji psikometrik *rasch* model menunjukkan 17 item SCSY seluruhnya valid dan fit tanpa ada yang dihapus. Hasil uji *unidimensionality* dan *rating scale* memiliki tingkat kategori sangat baik dengan item *measure* yang mudah difahami sehingga butir item informatif dan relevan serta mampu mengukur kemampuan subjek secara stabil dan konsisten. SCSY memiliki DIF gender, usia, tingkat pendidikan, budaya dan wilayah yang baik. DIF mengindikasikan perlu adanya perbaikan khusus dari segi konten, konstruk, administrasi instrumen dan norma yang digunakan untuk penelitian yang lebih baik. Secara keseluruhan DIF item dapat diterima dan digunakan secara adil seluruh subjek penelitian dan mampu menghindari *fairness*.
2. Hasil uji psikometri ESEM menunjukkan butir item SCSY pada *outer loading* seluruhnya valid dan fit dan memiliki tingkat koefisiensi jalur yang baik. Evaluasi model pengukuran menunjukkan seluruh item SCSY berfungsi dengan baik dan memiliki tingkat validitas diskriminan HTMT, Fornel-Larkcker dan *cross loading* yang sangat baik. Evaluasi model struktural menunjukkan setiap aspek SCSY hanya mengukur dirinya sendiri dan tidak berkorelasi dengan konstruk lain yang terbukti pada signifikansi jalur dan *effect size* yang memenuhi parameter ESEM. Evaluasi kecocokan model dalam ESEM memiliki tingkat kecocokan model yang tinggi sehingga model enam faktor SCSY mampu memprediksi tingkat *self-compassion* pada remaja dengan tingkat prediksi *power* yang tinggi melalui PLS *predict* dan CVPAT. Model enam faktor mampu

memberikan nilai psikometri yang sangat baik dan komprehensif dengan menguji evaluasi model pengukuran, evaluasi model struktural dan evaluasi kecocokan model.

3. Norma dalam penelitian menunjukkan sebanyak 147 remaja memiliki sikap *compassionate* dan 921 remaja memiliki sikap *uncompassionate*. Remaja yang memiliki *compassionate* mampu bersikap sayang pada diri sendiri ketika mengalami kegagalan dengan bersikap baik pada diri sendiri, menganggap bahwa kegagalan yang dialami adalah hal umum dari manusia dan orang lain tentu merasakan kegagalan yang sama dan mampu mengontrol pikiran dan mencari solusi atas kegagalan yang dialami. Remaja yang memiliki *uncompassionate* tidak mampu bersikap sayang pada diri sendiri ketika mengalami kegagalan dengan bersikap mengkritisi diri secara keras, mengisolasi diri dari lingkungan karena kegagalan yang dialami dan memiliki pikiran yang tidak dapat dikontrol atau berpikir berlebihan atas dampak kegagalan.

6.2 Rekomendasi Penelitian

Rekomendasi penelitian pada adaptasi dan validasi *self-compassion scale for youth* (SCSY) dijelaskan dalam poin sebagai berikut.

1. Bagi Pengembangan instrumen

Rekomendasi penelitian untuk pengembangan instrumen *self-compassion scale for youth* (SCSY) pada penelitian selanjutnya yakni dapat mengembangkan jumlah butir instrumen terutama pada aspek *overidentification* yang hanya memiliki dua item, diharapkan dapat dikembangkan agar memiliki jumlah item yang sama dengan aspek lainnya dalam instrumen SCSY. Jumlah butir instrumen yang banyak memungkinkan instrumen SCSY dapat mengukur sikap *self-compassion* dengan lebih mendalam pada remaja dan meningkatkan tingkat validitas dan reliabilitas instrumen.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Layanan bimbingan dan konseling berbasis *self-compassion* masih sangat jarang dilakukan di sekolah karena keterbatasan instrumen yang kurang memadai dan sulit diakses. Diharapkan melalui hasil penelitian yang dilakukan

dapat menjadi landasan dan referensi guru bimbingan dan konseling untuk mengintegrasikan dalam layanan bimbingan dan konseling berbasis *self-compassion* agar remaja mampu bersikap baik pada diri sendiri, menerima kekurangan, serta tidak memberikan kritik berlebihan ketika mengalami kegagalan, sehingga remaja memiliki keterampilan *self-compassion* yang tinggi saat menghadapi permasalahan sehari-hari dalam perkembangannya dengan memperlakukan diri secara positif. Layanan bimbingan dan konseling berbasis *self-compassion* dapat dipadukan dengan tujuh jurus guru BK hebat utamanya pada jurus kedua yaitu kelola emosi dengan rumus EMC2 memadukan *empathy*, *mindfulness*, *compassion* dan *critical inquiry* untuk mengembangkan *self-compassion* remaja. Hasil penelitian menghasilkan instrumen SCSY diharapkan dapat menjadi dasar penyusunan layanan intervensi/kuratif oleh guru bimbingan dan konseling untuk membantu remaja mengembangkan sikap *self-compassion* melalui layanan responsif kepada remaja SMP dan SMP.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Pelaksanaan penyebaran tes (administrasi tes) menjadi fokus utama untuk diperhatikan dalam pelaksanaan SCSY apabila menggunakan bantuan tester guru bimbingan dan konseling harus memiliki jam klasikal masuk kelas agar penyebaran instrumen dapat langsung dimonitoring oleh tester guru bimbingan dan konseling yang bersangkutan. Pengawasan secara langsung dapat meminimalisir bias dan *fairness* terhadap subjek yang diteliti sehingga instrumen dapat menghasilkan nilai reliabilitas dan validitas yang bagus. Tindak lanjut wawancara tatap muka secara *offline* maupun *online* dengan subjek dapat dilakukan untuk memastikan kebenaran dan keajegan jawaban dari subjek dalam mengisi instrumen SCSY. Instrumen SCSY yang telah diadaptasi dengan hasil psikometri yang komprehensif dan menghasilkan validitas yang bagus diharapkan dapat dikembangkan dengan mengelaborasi instrumen SCSY terhadap instrumen lain dan menguji perbandingannya seperti instrumen stres, harga diri, karir dan motivasi akademik pada remaja sehingga hasil penelitian selanjutnya dapat memberikan gambaran yang luas dari berbagai sudut pandang penelitian mengenai *self-compassion* pada remaja.