BAB V

SIMPULAN DN REKOMENDASI

Pada bab ini dikemukakan mengenai simpulan dari hasil penelitian dan rekomendasi penelitian bagi guru Bimbingan dan Konseling dan Peneliti selanjutnya.

A. Simpulan

Berdasarkan hasil uji efektivitas, dapat disimpulkan bahwa Konseling Rasional Emotif Perilaku efektif untuk meningkatkan *self-esteem* empat siswa yang menjadi subjek penelitian. Efektivitas tersebut dapat dilihat dari adanya kenaikan skor *self-esteem* berdasarkan analisis grafik pada kondisi *baseline* dan intervensi. Tiga subjek penelitian yakni VLP, SKW dan FDL mengalami peningkatan pada empat aspek *self-esteem* dan subjek NGT tidak meningkat pada aspek kompetensi.

Secara khusus, selain dilihat dari perubahan berdasarkan analisis grafik pada kondisi *baseline* dan intervensi, perubahan juga dilihat dari perilaku empat subjek penelitian sebelum dan setelah diberikan intervensi Konseling Rasional Emotif Perilaku. Masing-masing subjek penelitian menunjukkan perubahan yang positif terkait dengan permasalahan yang dialaminya.

Gambaran singkat perubahan pada masing-masing subjek penelitian. VLP yang awalnya menganggap dirinya adalah sosok yang bodoh dan tidak mampu dalam bidang akademik memunculkan perilaku pasif ketika dikelas serta tidak berani mencoba hal baru. Perilaku yang ditampakkan VLP sedikit berubah selama intervensi. VLP sudah mulai berani untuk bertanya kepada guru ketika ada materi yang tidak dimengerti. SKW menganggap dirinya jelek secara fisik dan dari keluarga yang kurang mampu secara ekonomi sehingga dirinya merasa tidak pantas punya teman. Perilaku yang muncul yakni SKW sering menyendiri dan sulit untuk mengenal orang baru. hasil akhir dari pelaksanaan intervensi selama lima minggu SKW mampu mengenal dan menjalin pertemanan terhadap dua siswa lain di luar kelasnya. NGT seringkali membandingkan hidupnya dengan

orang lain. NGT merasa nasibnya tidak sebaik teman-temannya dan merasa kurang beruntung karena keluarganya tidak memberikan perhatian yang ia perlukan. Di sekolah NGT cenderung menghindar dan menarik diri dari lingkungan yang berdampak pula pada proses belajarnya. Ketika ada tugas kelompok NGT jarang sekali untuk ikut untuk belajar kelompok. Selama intervensi NGT mulai bisa memahami kondisi keluarganya, akan tetapi dalam hal yang berkaitan dengan akademik ia sulit untuk merubahnya. FDL adalah siswa yang suka bertingkah semaunya sendiri dan sering melanggar peraturan sekolah. FDL seringkali keluar kelas ketika jam pelajaran. Hal tersebut ia lakukan karena ketika di rumah segala perilakunya selalu dikendalikan oleh orang tuanya. Akhir dari pelaksanaan intervensi FDL mulai bisa mengurangi intensitas kebiasaan keluar pada saat jam pelajaran.

B. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, rekomendasi untuk guru Bimbingan dan Konseling, peneliti selanjutnya adalah:

1. Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian menunjukkan Konseling Rasional Emotif Perilaku efektif untuk meningkatkan *self-esteem* siswa. Guru Bimbingan dan Konseling dapat menggunakan pendekatan Rasional Emotif Perilaku untuk meningkatkan *self-esteem* siswa. Dalam pelaksanaan intervensi ada beberapa hal yang perlu diperhatikan oleh guru Bimbingan dan Konseling, antara lain:

- a. Pelaksana intervensi yang belum mendapatkan lisensi sebagai konselor (sudah menempuh program profesi konselor) dapat melakukan konsultasi secara intensif kepada konselor untuk setiap sesi konseling.
- b. Waktu atau jam pemberian intervensi menjadi salah satu pertimbangan yang harus diperhatikan karena berkaitan dengan kondisi psikologis konseli. Kondisi fisik konseli berpengaruh terhadap keefektifan proses konseling.

Ayong Lianawati, 2015

Efektivitas Konseling Rasional Emotif Perilaku untuk meningkatkan self-esteem siswa (Penelitian Subjek Tunggal terhadap 4 siswa kelas VIII SMP Negeri 48 Surabaya Tahun Ajaran 2014/2015).

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

- c. Dalam membangun hubungan baik dengan konseli diperlukan kesabaran dari pelaksana intervensi. Ketika konseli belum merasa nyaman dengan keberadaan fasilitator maka konseli cenderung tertutup terhadap permasalahannya.
- d. Penggunaan Konseling Rasional Emotif Perilaku cocok untuk karakteristik konseli yang aktif dan terbuka.

2. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya ketika menggunakan Konseling Rasional Emotif Perilaku sebagai salah satu pendekatan untuk membantu permasalahan konseli hendaknya memperhatikan beberapa hal, antara lain:

- a. Rancangan intervensi yang dijadikan sebagai dasar pemberian bantuan hendaknya dirancang untuk masing-masing subjek penelitian berdasarkan karakteristik masalah yang dihadapi konseli karena satu rancangan intervensi kurang optimal jika digeneralisasikan untuk empat subjek penelitian.
- b. Instrumen yang diberikan kepada konseli di setiap akhir sesi konseling hendaknya dilakukan pengacakan item pernyataan untuk menghindari kebosanan konseli dalam mengisi dan untuk menghindari bias keakuratan data.