

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab kelima mendeskripsikan mengenai simpulan dan rekomendasi yang diharapkan menjadi masukan dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling serta aplikasi teknik konseling restrukturisasi kognitif untuk mereduksi perilaku agresif siswa.

A. Simpulan

Tingkat perilaku siswa umumnya berada dalam kategori tidak agresif. Hal ini dapat dilihat dari hasil pre test siswa yaitu sebanyak 30 siswa yang termasuk dalam kategori agresif, sedangkan 88 siswa lainnya masuk dalam kategori tidak agresif. Hal ini berarti perilaku agresif di sekolah tidak banyak dialami oleh para siswa, tetapi jika perilaku agresif ini tidak segera ditangani akan berakibat fatal untuk pribadi mereka sendiri maupun orang lain di sekitarnya. Kecenderungan aspek perilaku agresif yang dilakukan para siswa adalah aspek melawan perintah dan aspek keagresifan. Tidak terdapat perbedaan perilaku agresif berdasarkan jenis kelamin.

Konseling restrukturisasi kognitif efektif untuk mereduksi perilaku agresif siswa hal ini dapat dilihat dari penurunan skor pre test dan post test siswa setelah mengikuti sesi konseling restrukturisasi kognitif, hasil tersebut menunjukkan bahwa dari 15 orang siswa yang diberikan treatment konseling restrukturisasi kognitif mengalami penurunan skor dalam hasil post test siswa. Dalam aspek-aspek perilaku agresif yang diteliti diantaranya yaitu aspek keagresifan, aspek melawan perintah, aspek merusak, dan aspek permusuhan dinyatakan tidak terdapat perbedaan antara aspek-aspek perilaku agresif yang diteliti. Dalam jenis kelamin laki-laki maupun perempuan juga tidak terdapat perbedaan perilaku agresif yang dialami oleh para siswa di sekolah. Melalui teknik konseling restrukturisasi kognitif ini dapat dilihat dinamika perubahan siswa kepada 15 orang yang diberikan treatment teknik konseling restrukturisasi kognitif ini sudah mengalami perubahan yang signifikan. Perubahan ini dapat

dilihat berdasarkan penurunan skor pre test dan post test siswa, serta hasil observasi yang diteliti oleh peneliti.

B. Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian, maka rekomendasi utama penelitian ini adalah teknik konseling restrukturisasi kognitif digunakan untuk mereduksi perilaku agresif siswa kelas XI SMAN 8 Bekasi. Rekomendasi penelitian ditujukan kepada berbagai pihak terkait, yakni guru Bimbingan dan Konseling, dan bagi peneliti selanjutnya.

1. Guru Bimbingan dan Konseling

Guru BK merupakan pihak yang bertanggung jawab memberikan layanan responsif terhadap permasalahan agresif siswa, dalam hal ini guru BK perlu menggunakan teknik konseling restrukturisasi kognitif untuk membantu menyelesaikan masalah perilaku agresif siswa yang dihadapi, khususnya yang terkait dengan perilaku agresif. Dalam melakukan teknik restrukturisasi kognitif yang perlu diperhatikan adalah proses dinamika perubahan yang dialami dalam diri konseli, terutama dalam proses berfikir konseli sebelum bertindak, selanjutnya siswa mampu memonitor pikiran dan perasaan, hingga akhirnya dapat melakukan intervensi pikiran negatif dengan menguji cara berpikir yang negatif yang selanjutnya dimodifikasi menjadi pikiran yang lebih positif dan konstruktif.

2. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat melakukan observasi yang lebih lama dalam hal dinamika perubahan yang dialami oleh konseli sehingga data yang dikumpulkan dapat lebih lengkap dan detail dalam melakukan analisis data. Karena temuan penelitian digunakan dalam setting lebih luas sehingga temuannya tidak mampu melakukan kesimpulan secara individual. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan subyek dengan jumlah yang lebih besar sehingga hasil yang didapatkan dapat lebih reliable.