

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan kecenderungan *self-compassion* peserta didik di lokasi penelitian Tahun Ajaran 2015/2016 secara umum berada pada kategori sedang. Kecenderungan komponen *self-compassion* peserta didik di lokasi penelitian Tahun Ajaran 2015/2016 juga ada pada kategori sedang.

Artinya, peserta didik cukup mampu bersikap baik, peduli pada diri sendiri dibandingkan terus menerus menilai diri terlalu kritis, peserta didik cukup dapat mengakui bahwa masa – masa sulit seperti penderitaan, kegagalan, ketidaksempurnaan dan tantangan dialami oleh setiap orang dibandingkan merasa terpisah oleh pengalaman ketidaksempurnaan tersebut dan peserta didik cukup dapat memiliki kesadaran penuh untuk menghadapi masa / situasi sulit yang dialami dibandingkan bersikap berlebihan dalam mengidentifikasi situasi sulit tersebut.

Temuan penelitian menunjukkan capaian cukup baik dari peserta didik di lokasi penelitian Tahun Ajaran 2015/2016 dimana pada usia masa remaja akhir peserta didik telah mencapai tingkatan capaian *self-compassion* dalam kategori sedang yang mengindikasikan adanya penuaan positif (*positive aging*). Temuan ini memperkuat perlunya layanan yang diberikan untuk pengembangan *self-compassion* sebagai potensi yang dimiliki peserta didik sebagai individu.

Hasil penilaian kondisi objektif di lokasi penelitian berkenaan dengan program BK yang telah berjalan sebelumnya di lokasi penelitian, cukup memadai dalam perencanaan, cukup memadai dalam pelaksanaan dan kurang memadai dalam evaluasi dan tindak lanjut.

Berdasarkan penemuan dan kondisi yang telah dijelaskan. Maka, layanan dasar, peminatan dan perencanaan individual serta dukungan sistem menjadi komponen program yang dirancang pada program dalam penelitian ini. Layanan responsif dapat dikembangkan lebih lanjut oleh guru BK di lokasi penelitian dengan memerhatikan kondisi peserta didik yang memiliki *self-compassion* rendah sejauhmana perlu diintervensi.

5.2 Implikasi

Secara teoretis, studi ini berkenaan dengan upaya pengembangan *self-compassion* peserta didik yang masih dapat dikembangkan lebih lanjut dalam khasanah keilmuan bimbingan dan konseling.

Secara praktis, peserta didik di lokasi penelitian dapat menerima bimbingan untuk pengembangan *self-compassion*. Bagi guru BK di lokasi penelitian dapat memanfaatkan program bimbingan yang telah dirancang untuk pengembangan *self-compassion* peserta didik. Layanan responsif perlu dikembangkan lebih lanjut dengan memerhatikan kasus yang dapat diintervensi dengan peningkatan *self-compassion*.

5.3 Rekomendasi

Program dalam penelitian ini merupakan sebuah rintisan, implementasi program bimbingan pribadi untuk pengembangan *self-compassion* peserta didik di sekolah lain dapat digunakan baik mengadaptasi layanan yang telah dirancang dalam penelitian ini maupun mengembangkan lebih lanjut dengan mempertimbangkan kembali kecenderungan *self-compassion* peserta didik dan kondisi sekolah. Berdasarkan hasil penelitian mengenai *self-compassion* peserta didik di SMA Al-Bidayah Tahun Ajaran 2015/2016, maka diajukan beberapa rekomendasi sebagai berikut.

5.3.1 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling di Lokasi Penelitian

Memberikan layanan dasar yang telah dirancang pada peserta didik serta mengembangkan teknik – tekniknya sehingga peserta didik memperoleh layanan untuk pengembangan *self-compassion* yang lebih kaya. Memerhatikan peserta didik yang memiliki kecenderungan *self-compassion* yang rendah sehingga dapat diputuskan apa perlu ditindaklanjuti dengan pemberian layanan responsif.

Memberikan layanan peminatan dan perencanaan individual bagi peserta didik yang telah dirancang dalam program serta mengevaluasi semua layanan yang telah diberikan kepada peserta didik dengan menggunakan format evaluasi yang telah dirancang di dalam program.

5.3.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Adapun beberapa rekomendasi untuk peneliti selanjutnya antara lain melakukan studi yang lebih mendalam mengenai profil *self-compassion* peserta didik pada masa remaja sebagai referensi untuk pengembangan layanan. Memperluas penelitian layanan dasar dengan teknik – teknik yang beragam untuk pengembangan *self-compassion* peserta didik. Pengembangan layanan responsif untuk meningkatkan *self-compassion* peserta didik juga direkomendasikan untuk diteliti lebih lanjut.

Peneliti selanjutnya juga perlu menguji studi korelasi antara hubungan – hubungan *self-compassion* dengan dampak - dampak positif yang didapatkan dari penelitian – penelitian sebelumnya dengan subjek penelitian peserta didik. Agar diketahui seberapa penting *self-compassion* ini perlu dikembangkan atau ditingkatkan oleh peserta didik.

Uji coba secara empiris layanan bimbingan dan teknik – teknik konseling untuk peningkatan *self-compassion* peserta didik, studi mengenai iklim / lingkungan pembelajaran yang dapat mempengaruhi *self-compassion* peserta didik serta studi berkenaan dengan profil *self-compassion* pendidik (guru) sebagai orang tua sekunder peserta didik di sekolah juga direkomendasikan.