

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

#### **5.1 Simpulan**

Tujuan penelitian ini yaitu menguji keefektifan konseling analisis transaksional untuk meningkatkan *self-esteem* peserta didik, simpulan penelitian ini adalah konseling analisis transaksional terbukti cukup efektif untuk meningkatkan *self-esteem* siswa yang memiliki *self-esteem* rendah di SMAN 1 Baros, sebanyak 14 orang. Konseling analisis transaksional hanya cukup efektif untuk meningkatkan *self-esteem* pada aspek hubungan atau lingkungan pribadi saja, tidak efektif pada aspek yang berkaitan dengan hubungan atau lingkungan sosial. Secara spesifik konseling kelompok analisis transaksional paling efektif meningkatkan *self-esteem* pada indikator menerima diri. Begitu juga secara kualitatif, simpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini adalah konseling analisis transaksional cukup memberikan dampak perubahan yang signifikan pada aspek pribadi saja, tidak terlihat pada aspek yang berkaitan dengan lingkungan sosial.

#### **5.2 Rekomendasi**

Berdasarkan hasil penelitian, maka diberikan rekomendasi kepada pihak-pihak yang terkait sebagai berikut.

1. Bagi Guru Bimbingan Konseling / konselor
  - a. Dapat menggunakan pendekatan konseling analisis transaksional untuk meningkatkan *self-esteem* siswa yang rendah, meskipun dalam penelitian ini hasilnya hanya cukup efektif pada peningkatan di lingkungan pribadi saja.
  - b. Jika tetap ingin menggunakan konseling analisis transaksional, lebih memperhatikan lagi ketersediaan waktu dan kesanggupan konseli dalam melakukan konseling.

- c. Menggunakan alternatif pendekatan konseling yang lain dalam menangani siswa yang terdeteksi memiliki harga diri yang rendah, dan menggunakan konseling individu dalam penanganannya.
- d. Menggunakan status ego yang tepat saat berkomunikasi dengan siswa.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Keterbatasan hasil penelitian ini tidak dapat dipisahkan dari keterbatasan peneliti dalam mengelola kegiatan penelitian. Oleh karena itu, kepada peneliti selanjutnya direkomendasikan untuk.

- a. Melakukan eksplorasi semua tehnik dan tahapan yang ada dalam pendekatan konseling analisis transaksional.
- b. Jika ingin menggunakan pendekatan konseling analisis transaksional untuk meningkatkan *self esteem* siswa, peneliti selanjutnya dapat menggunakan desain penelitian yang berbeda, agar dapat menghasilkan hasil yang lebih efektif. Desain penelitian yang dapat digunakan misalnya adalah desain penelitian *single subject*.
- c. Pengelompokan siswa atau sampel jika akan menggunakan konseling kelompok harus disesuaikan dengan keadaan dan dapat lebih terkontrol dalam melakukan setiap sesi konseling.