BAB V
KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Secara umum hasil penelitian menunjukkan program *youth discovery* efektif untuk meningkatkan *psychological well-being* anggota komunitas orang muda katolik IKMK UNY baik yang berada di kategori tinggi, sedang, maupun rendah. *Psychological well-being* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memiliki perubahan yang berbeda sebelum dan sesudah intervensi. Pada kelompok kontrol tiap dimensi tidak mengalami peningkatan skor bahkan cenderung menurun sedangkan kelompok eksperimen mengalami peningkatan setelah intervensi.

Keefektifan program *youth discovery* untuk meningkatkan *psychological well-being* dapat dilihat dari hasil uji efektivitas yang menunjukkan bahwa terdapat lima dimensi yang signifikan (penerimaan diri, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, penguasaan lingkungan, dan hubungan baik) serta satu dimensi yang tidak signifikan yaitu dimensi kemandirian. Pada kelompok eksperimen dimensi yang mengalami peningkatan paling tinggi adalah dimensi penerimaan diri sedangkan yang paling rendah adalah dimensi hubungan baik dengan orang lain.

B. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian terhadap peningkatan *psychological well-being* anggota komunitas OMK, maka dikemukakan beberapa rekomendasi sebagai berikut:

1. Bagi Konselor Perguruan Tinggi

Rekomendasi yang ditujukan agar dapat mengimplementasikan program *youth discovery* di lingkup kampus dengan pengembangan yang disesuaikan dengan *core value* atau nilai inti tiap-tiap perguruan tinggi, karakteristik mahasiswa, serta karakteristik konselor maupun pendamping komunitas. Konselor diharapkan dapat mengembangkan kerjasama dengan pihak-pihak diluar kampus

seperti PMKRI (Perhimpunan Mahasiswa Katolik Republik Indonesia), Youth Center, komunitas Tim Muda Menginspirasi, dan komunitas pengembangan kaum muda lainnya supaya program ini dapat lebih berkembang dan menghasilkan variasi kegiatan baru. Konselor dari perguruan tinggi lain dan konselor atau pendamping kaum muda non katolik diharapkan dapat mengembangkan program sesuai dengan latar belakang pendampingan kaum muda sesuai agama yang dianut sehingga kegiatan yang dihasilkan akan lebih beragam.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Rekomendasi yang ditujukan kepada para peneliti yang akan mengembangkan program atau memperkokoh kajian *mengenai psychological well-being* maupun *positive youth development.*

a. Peneliti selanjutnya diharapkan melakukan observasi perubahan perilaku partisipan diluar jam intervensi, sehingga dapat diketahui apakah partisipan menerapkan kompetensi yang dikembangkan selama sesi intervensi.
b. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan program *youth discovery* menjadi lebih universal sehingga dapat dilaksanakan sebagai program pengembangan remaja pada komunitas dengan latar belakang agama yang beragam.