

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab ini merupakan bagian akhir dari keseluruhan penelitian yang menjelaskan tentang kesimpulan dari keseluruhan penelitian dan rekomendasi yang ditujukan kepada konselor di sekolah dan kepada peneliti selanjutnya.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa bimbingan kelompok melalui teknik menulis ekspresif efektif meningkatkan empati siswa pada derajat kepercayaan 90%, khususnya pada empati aspek kognitif. Selain itu, terdapat perbedaan tingkat empati kelompok eksperimen sebelum dan setelah intervensi menggunakan bimbingan kelompok melalui teknik menulis ekspresif. Sementara pada pada kelompok kontrol tidak ada perbedaan tingkat empati antara sebelum dan setelah intervensi dengan menggunakan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi kelompok. Dengan demikian, program bimbingan kelompok melalui teknik menulis ekspresif efektif untuk meningkatkan empati siswa pada kelompok eksperimen, khususnya pada empati aspek kognitif dengan kemungkinan benar 90%.

5.2 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, direkomendasikan hal-hal sebagai berikut.

5.2.1 Bagi Praktisi Bimbingan dan Konseling/Konselor

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok melalui teknik menulis ekspresif efektif untuk meningkatkan empati siswa pada derajat kepercayaan 90%. Dengan demikian peneliti menyarankan untuk menggunakan bimbingan kelompok melalui teknik menulis ekspresif untuk meningkatkan empati peserta didik yang memiliki karakteristik sama dengan kelompok eksperimen. Selain itu, keberhasilan program bimbingan kelompok melalui teknik menulis ekspresif memiliki kesempatan untuk benar hanya sebesar 90%.

Praktisi bimbingan dan konseling atau konselor yang ingin menggunakan program bimbingan kelompok melalui teknik menulis ekspresif hendaknya memperhatikan faktor-faktor yang akan mempengaruhi kemampuan empati dan pelaksanaan bimbingan kelompok melalui teknik menulis ekspresif. Hal ini

dilakukan agar praktisi bimbingan dan konseling dapat melaksanakan bimbingan kelompok secara optimal dan kemampuan empati peserta didik dapat meningkat.

Disarankan pula untuk menggunakan intervensi selain bimbingan kelompok melalui teknik diskusi kelompok untuk menunjang peningkatan empati siswa seperti penggunaan teater, praktik wawancara klinis, diskusi kelompok, teknik *modeling*, dan sosiodrama karena pada penelitian sebelumnya terbukti dapat meningkatkan empati pada responden dengan kondisi tertentu.

5.1.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyarankan beberapa hal untuk penelitian selanjutnya, yaitu sebagai berikut.

- 5.1.2.1 Peneliti selanjutnya perlu memperhatikan komposisi gender subjek penelitian karena empati dan pelaksanaan menulis ekspresif dipengaruhi oleh faktor gender
- 5.1.2.2 Peneliti selanjutnya sebaiknya memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi empati siswa, sehingga peneliti mampu melaksanakan penelitian secara optimal
- 5.1.2.3 Peneliti selanjutnya sebaiknya menggunakan metode lain untuk meningkatkan empati seperti penggunaan teater, praktik wawancara klinis, diskusi kelompok, teknik *modeling*, dan sosiodrama. Selain itu peneliti selanjutnya dapat melakukan intervensi melalui teknik menulis ekspresif secara individu untuk meningkatkan empati siswa. Hal ini disarankan karena pada penelitian sebelumnya teknik-teknik tersebut terbukti dapat meningkatkan empati pada individu.