

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

- 5.1.1 Profil penyesuaian diri PNS prapensiun di Kantor Walikota Bandung berada pada kategori sedang, artinya PNS prapensiun mampu mereduksi frustrasi, namun belum sepenuhnya mampu mengekspresikan emosi yang tepat, melakukan mekanisme psikologis yang tepat, membuat pertimbangan rasional dan mengarahkan diri, bersikap objektif dan realistis serta masih sulit untuk belajar mengembangkan kualitas diri dan memanfaatkan pengalaman masa lalu.
- 5.1.2 Rumusan program konseling kelompok realitas untuk meningkatkan penyesuaian diri PNS prapensiun dipandang layak berdasarkan hasil validasi pakar dan praktisi Bimbingan dan Konseling. konseling kelompok realitas untuk meningkatkan penyesuaian diri PNS prapensiun dilaksanakan dalam tujuh sesi bertema *me and my emotion, pertimbangan rasional dan mengarahkan diri, mengembangkan kualitas diri, memaknai pengalaman diri dan orang lain dan aku bisa berubah*.
- 5.1.3 Konseling kelompok realitas efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri PNS prapensiun ditandai dengan hasil statistik uji non-parametrik yaitu dengan uji *Mann-Whitney U Test*, peningkatan skor rerata penyesuaian diri serta respon positif yang terlihat melalui jurnal harian setelah pemberian layanan. Terdapat perbedaan tingkat penyesuaian diri antara sebelum dan sesudah intervensi menggunakan konseling kelompok realitas pada kelompok eksperimen.

5.2 Rekomendasi

Berdasarkan pembahasan hasil dan kesimpulan penelitian, rekomendasi utama dari Penelitian ini adalah konseling kelompok realitas untuk meningkatkan penyesuaian diri PNS prapensiun ditujukan kepada berbagai pihak terkait, sebagai berikut.

5.2.1 Bagi Pimpinan Lembaga Pemerintahan

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok realitas efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri PNS prapensiun di Kantor Walikota Bandung. Namun demikian masih perlu ditindak lanjuti secara individual, oleh sebab itu pimpinan lembaga direkomendasikan untuk; (1) menyediakan konselor yang kompeten untuk melaksanakan konseling realitas secara individual, atau; (2) bekerja sama dengan lembaga yang kompeten dalam menyelenggarakan konseling realitas secara individual bagi PNS prapensiun. Selain itu peneliti secara berkelanjutan tetap menjalin komunikasi dengan konseli.

5.2.2 Bagi Penelitian Selanjutnya

Rekomendasi ditujukan untuk penelitian bidang Bimbingan dan Konseling selanjutnya yang akan mengembangkan program atau memperkokoh kajian mengenai penyesuaian diri ini yaitu:

- 1) Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian menggunakan berbagai strategi lainnya seperti bimbingan kelompok, klasikal ataupun konseling individual, serta bisa menggunakan pendekatan konseling lainnya.
- 2) Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan strategi konseling kelompok realitas untuk mengembangkan aspek psikologis lainnya tidak terbatas hanya pada penyesuaian diri saja.