

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Pada bab ini dipaparkan mengenai simpulan dan rekomendasi terkait penelitian yang dilakukan. Berikut penjelasannya.

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan penelitian yang mengenai konseling naratif untuk pengembangan konsep diri remaja awal yang dilakukan di SMP Negeri 3 Bandung, didapatkan simpulan bahwa konseling naratif dapat diterapkan untuk remaja dengan masalah yaitu konsep diri negatif yang disebabkan oleh faktor *broken home* yang dialami oleh ketiga konseli yaitu konseli K, MF dan Z. Konseli dapat menceritakan kisah jenuhnya, memberikan nama dan mengeksternalisasi masalah, konseli dapat memahami situasi seperti apa yang membuat dirinya dapat terbebas dari masalah, memiliki hasil unik, mengingat sosok penting dalam hidupnya dengan memahami apa kewajiban orangtua dan kewajiban dirinya sebagai anak untuk penyusunan cerita alternatif serta muncul cerita baru dengan perubahan konsep diri menjadi konsep diri positif.

Dalam konseling naratif yang dilakukan, peneliti cukup sulit dalam tahap *externalizing the problem* karena peneliti yang terkadang membawa konseli pada internalisasi bukan eksternalisasi. Selain itu, konseli yang selalu memandang masalah itu bagian dari dalam dirinya dan tidak ada sudut pandang lain, sehingga membutuhkan waktu yang cukup lama seperti pada konseli K dan konseli Z. Berbeda dengan konseli MF yang justru melalui setiap tahapan konseling naratif dengan cepat karena kognitif yang cukup dan kondisi keluarga yang sedikit dapat konseli pahami dengan masalah yang tidak begitu rumit. Untuk tahap yang paling mudah yaitu tahap *remembering as alternative stories*, karena di tahap ini konseli sudah memiliki kesadaran dan adanya pengharapan yang realistis sehingga tahapan ini dapat diterapkan.

Walau setiap tahapan konseling naratif yang dilakukan pada ketiga konseli dapat diterapkan, namun ada perbedaan perubahan perilaku dari konsep diri sebagai bentuk *documenting the evidence as a therapeutic documents* dari konseling naratif yang dilakukan. Konseli K dan Z yang memiliki cerita jenuh

Najma Sana Nakhirah Hilman, 2019

**KONSELING NARATIF UNTUK PENGEMBANGAN KONSEP DIRI REMAJA AWAL  
DI SMP NEGERI 3 BANDUNG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

cukup rumit mengalami perubahan yang positif dalam berperilaku, perubahan ini berkaitan dengan aspek psikis yang mulai mengenal dan memahami diri serta aspek moral yang mulai timbul adanya rasa tanggung jawab dalam berperan khususnya.

Konseli K mulai memiliki perubahan positif dari aspek psikis yaitu memahami dirinya, mengenal dirinya dan memiliki harga diri. Konseli juga mulai merasa dirinya bermakna dan dapat memaknai setiap permasalahan yang datang kepadanya. Konseli menyadari bahwa kewajibannya sebagai anak untuk tetap sayang kepada ayahnya adalah hal yang harus konseli lakukan sebagai bentuk nilai moral. Konseli Z memahami pentingnya bersosialisasi dengan adanya perubahan yang dilakukan yaitu mulai mencoba untuk berinteraksi sosial didalam kelas dengan bertanya, dan mengajak temannya berbicara. Selain itu, dari segi moral konseli mulai menyadari bahwa dirinya tidak pantas menjadi pembangkang, dan dibuktikan dengan sikapnya yang sering membantu ibunya. Berbeda dengan konseli MF yang tidak mengalami perubahan perilaku apapun. Hal ini berarti bahwa adanya pemahaman yang berbeda antara konseli K, Z dan MF dimana konseli MF tidak timbul kesadaran, pemaknaan dan merasa dirinya tidak bermasalah selagi masih dapat hidup.

## **1.2 Rekomendasi**

Berikut dipaparkan rekomendasi yang ditunjukkan untuk konselor dan peneliti selanjutnya.

### **1.2.1 Konselor**

Berikut hal yang perlu diperhatikan untuk konselor di antaranya.

- a. Bagi konseli yang memiliki konsep diri negatif pada aspek fisik, sosial dan moral tetap perlu ditingkatkan aspek psikisnya karena konsep diri merupakan bagian yang terintegrasi satu sama lain.
- b. Sebaiknya dilakukan asesmen yang tepat dengan pengumpulan data dan informasi konseli yang lebih mendalam sebelum dilakukannya konseling naratif di antaranya latarbelakang keluarga, tingkat kognitif konseli dan gambaran kepribadian konseli. Hal ini dilakukan

agar konseling naratif yang dilakukan dapat diterapkan dengan baik untuk mengembangkan konsep diri remaja awal.

- c. Konselor sebaiknya memperhatikan karakteristik khas konseli, khususnya untuk konseling naratif ini lebih diutamakan konseli yang suka dalam menulis sehingga proses dan hasil yang diharapkan akan terwujud.
- d. Konseling naratif sebaiknya memerlukan pemilihan konseli yang selektif dimana masalah yang dialaminya cukup rumit agar memiliki kesadaran dan kebermaknaan, selain itu diperhatikan juga terkait tingkat kognitif dan sosial. Selain itu konseling naratif juga rentan terhadap perbedaan budaya, maka sebaiknya konseli dan konselor memiliki budaya yang sama agar memudahkan proses konseling naratif dan mendapatkan hasil yang diharapkan.
- e. Konselor dapat melakukan konseling naratif dengan melibatkan keluarga untuk mengembangkan konsep diri remaja awal khususnya yang memiliki factor penyebab dari hubungan dengan orangtua yaitu remaja *broken home*.

### **1.2.2 Peneliti Selanjutnya**

Berikut hal yang perlu diperhatikan untuk peneliti selanjutnya, di antaranya.

- a. Peneliti sebaiknya menggunakan penelitian *mixed method* dalam penggunaan konseling naratif untuk pengembangan konsep diri remaja agar data yang didapat menjadi lebih mendalam dan dalam mengukur sejauh mana perubahan atau perilaku yang ditunjukkan oleh konseli sebelum dan sesudah diterapkannya konseling naratif.
- b. Peneliti dapat melakukan konseling naratif untuk mengembangkan variabel lain dari perilaku remaja dengan permasalahan yang rumit seperti remaja yang memiliki trauma dari pengalamannya sebagai bentuk cerita jenuh dalam hidupnya agar adanya bentuk pemaknaan sebagai bentuk cerita alternatif untuk membuat cerita baru.