

## BAB V

### SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab V menjelaskan tentang simpulan yang diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan, serta rekomendasi-rekomendasi yang ditujukan kepada Guru BK, dan peneliti selanjutnya.

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil pengumpulan, pengolahan, dan analisis data mengenai perbandingan *self-awareness* remaja awal di *boarding school* dengan sekolah reguler diketahui bahwa kecenderungan *self-awareness* peserta didik di kedua sekolah adalah tinggi dengan perbedaan yang signifikan (sig. 0,004), dan dari ketiga aspek, *self-confidence* merupakan aspek yang memiliki perbedaan signifikan (sig. 0,009). Penelitian menunjukkan peserta didik memiliki kemampuan mengetahui makna emosi yang sedang dirasakan dan alasan yang menyebabkan emosi itu terjadi, memahami keterkaitan antara perasaan dengan pikiran dan perilaku, mengetahui pengaruh emosi terhadap kinerja, sadar tentang kekuatan dan kelemahan dirinya, selalu mengevaluasi diri, mau belajar dari pengalaman, terbuka dengan perspektif baru, mampu menunjukkan rasa humor, bersedia memandang diri sendiri dengan perspektif yang luas, berani tampil dengan keyakinan diri, berani menyatakan keberadaannya, berani menyuarakan pandangan yang tidak populer, bersedia berkorban demi kebenaran, tegas, dan mampu membuat keputusan yang baik meskipun dalam keadaan tidak pasti.

*Self-confident* merupakan aspek *self-awareness* yang berhubungan erat dengan peran keluarga di dalamnya. Hasil penelitian menunjukkan *self-awareness* peserta didik di sekolah reguler lebih tinggi dari peserta didik di *boarding school*. Artinya, lingkungan keluarga mempengaruhi *self-awareness* individu. Hasil tersebut mendukung teori dan penelitian sebelumnya yang mengungkapkan bahwa lingkungan keluarga merupakan faktor yang mempengaruhi *self-awareness* individu.

## 5.2 Rekomendasi

Berdasarkan hasil temuan penelitian tentang perbandingan *self-awareness* remaja awal di *boarding school* dengan sekolah reguler, peneliti mengajukan beberapa rekomendasi sebagai berikut.

### 5.2.1 Guru Bimbingan dan Konseling

- 1) Beberapa peserta didik masih memiliki *self-awareness* dengan kategori rendah, dan dari ketiga aspek *self-awareness*, aspek *self-confidence* adalah aspek yang paling rendah dimiliki peserta didik sehingga layanan BK yang diberikan dapat berupa layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik penguatan positif. Teknik penguatan positif adalah pembentukan suatu pola tingkah laku dengan memberikan ganjaran atau penguatan segera setelah tingkah laku yang diharapkan muncul. Teknik penguatan positif ini bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Hal ini dilakukan dengan cara memberikan topik yang sesuai untuk didiskusikan dengan kelompok, sehingga peserta didik dapat aktif mengemukakan pendapatnya, kemudian guru BK berperan memberikan penguatan kepada peserta didik berupa pujian dan penghargaan dengan tujuan agar semakin memotivasi peserta didik (uraian lengkap ada di lampiran).
- 2) Layanan bimbingan dan konseling untuk peserta didik yang memiliki *self-awareness* dengan kategori tinggi juga harus tetap diberikan, sebagai bentuk dari bimbingan dan konseling yang komprehensif. Layanan tersebut dapat berupa bimbingan klasikal sebagai upaya pengoptimalan *self-awareness* peserta didik.

### 5.2.2 Peneliti Selanjutnya

- 1) Peneliti selanjutnya dapat menggunakan pendekatan kualitatif dalam meneliti *self-awareness* agar data yang didapatkan menjadi lebih mendalam, terutama tentang faktor dan hubungan dari ketiga aspek *self-awareness* (*emotional awareness*, *accurate self-assessment*, dan *self-confidence*).

- 2) Peneliti selanjutnya dapat meneliti tentang efektivitas metode *self-talk* pada layanan bimbingan maupun konseling untuk meningkatkan *self-awareness* peserta didik.