

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab V terdiri dari kesimpulan yang diuraikan secara sistematis sesuai dengan pertanyaan penelitian, dan rekomendasi yang dirumuskan bagi guru BK dan penelitian selanjutnya.

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan temuan dalam penelitian, maka dapat dirumuskan kesimpulan-kesimpulan sebagai berikut.

- 5.1.1. Gambaran umum keterampilan *self disclosure* siswa kelas VIII SMPN 29 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019 berada pada kategori sedang. Artinya siswa kadang-kadang sudah mampu mengekspresikan pikiran, perasaan dan perilakunya dalam jumlah yang diinginkan (*amount*), kadang-kadang sudah mampu memahami dirinya dan menerima dirinya yang ditandai dengan berani memberikan pujian dan kritikan terhadap dirinya (*positive/negative nature*), masih jarang untuk bisa mengeksperikan tentang pikiran, perasaan dan perilakunya secara mendalam kepada orang lain (*depth*), kadang-kadang sudah mampu memilih waktu dan kondisi untuk mengekpresikan pikiran, perasaan, dan perilakunya keada orang lain (*timing*), dan kadang-kadang sudah menemukan orang yang tepat untuk diajak bercerita tentang dirinya secara terbuka (*target person*)
- 5.1.2. Layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* untuk meningkatkan *self disclosure* pada remaja dilakukan dalam 5 sesi. *Pertama* bertujuan untuk membantu remaja mengembangkan rasa kepercayaan dirinya dan rasa percaya kepada orang lain agar dapat berbagi cerita tentang dirinya kepada orang lain. *Kedua*, mengembangkan kemampuan untuk memahami dan menerima diri sendiri, sehingga berani memberikan kritik dan pujian mengenai dirinya kepada orang lain. *Ketiga*, mengembangkan kemampuan berpikir positif kepada orang lain dan menanamkan bahwa tidak semua orang adalah jahat.

Nela Eliza, 2019

EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK HOMEROOM UNTUK MENINGKATKAN SELF DISCLOSURE SISWA (Penelitian Quasi Eksperiment terhadap Siswa Kelas VIII SMP N 29 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019)
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Keempat, mengembangkan kemampuan untuk memahami dan menilai orang lain agar bisa terbuka kepada orang lain. *Kelima*, mengembangkan kemampuan remaja untuk memahami dan menilai orang lain agar bisa terbuka.

- 5.1.3. Layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* efektif untuk meningkatkan *self disclosure* pada remaja ditandai dengan hasil uji statistik, peningkatan skor *self disclosure* 41,39% terampil serta respon positif setelah pemberian layanan.

5.2. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data diketahui bahwa layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* efektif untuk meningkatkan *self disclosure* pada remaja, maka dikemukakan rekomendasi sebagai berikut.

5.2.1. Bagi Guru BK

Guru BK dapat menerapkan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* sebagai upaya meningkatkan *self disclosure* siswa melalui aktifitas yang memberdayakan potensi siswa. Gambaran umum keterampilan *self disclosure* siswa dapat digunakan sebagai salah satu pertimbangan pengembangan layanan Bimbingan dan Konseling untuk siswa. Guru BK diharapkan dapat melakukan kegiatan bimbingan kelompok teknik *homeroom* kepada siswa agar dapat lebih dekat dan lebih mengenali potensi siswa, karena dalam bimbingan kelompok teknik *homeroom* sangat perlu membangun hubungan yang dekat dengan anggota kelompoknya. Guru BK diharapkan bisa lebih kreatif lagi dalam menggunakan berbagai cara atau alat dan media yang lebih menarik yang dapat digunakan dalam teknik *homeroom*. Guru BK diharapkan dapat melakukan bimbingan kelompok teknik *homeroom* dengan menciptakan suasana santai dan bersifat kekeluargaan (informal) agar siswa nyaman dan tertarik untuk lebih terbuka mengenai dirinya, dan lebih percaya diri untuk aktif berdiskusi dalam kegiatan seperti mendekor ruangan menjadi menarik, menyediakan makanan dan minuman. Kolaborasi Guru BK dengan orang tua, wali kelas, guru mata

pelajaran, kepala sekolah dan personel sekolah lainnya dapat digunakan sebagai pengontrol aktivitas dan sistem pendukung utama dalam perubahan keterampilan *self disclosure* siswa yang lebih konstruktif.

5.2.2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian dapat digunakan oleh penelitian selanjutnya untuk mengembangkan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* dalam berbagai *setting* misalnya bimbingan kelompok atau konseling kelompok. Peneliti selanjutnya diharapkan bisa lebih kreatif lagi dalam menggunakan berbagai cara atau alat dan media yang lebih menarik yang dapat digunakan dalam teknik *homeroom*.

Penelitian selanjutnya juga dapat mengembangkan tinjauan faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan *self disclosure* remaja secara lebih mendalam sehingga dapat meminimalisir faktor lain yang mungkin dapat mempengaruhi peningkatan *self disclosure* dalam penelitian. Studi mengenai perbedaan keterampilan *self disclosure* remaja di lingkungan sekolah dan luar sekolah juga dapat dilakukan guna untuk mengetahui dinamika keterampilan *self disclosure* remaja diberbagai lingkungan sosialnya. Pada penelitian ini, peneliti memberikan *treatment* pada siang hari sehabis anggota kelompok pulang sekolah, yang mengakibatkan kegiatan menjadi kurang kondusif karena anggota kelompok sudah terlihat lelah dan capek. Jadi, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengatasi keterbatasan penelitian ini dengan memilih waktu penelitian yang tepat seperti melakukan *treatment* pada pagi hari. sehingga dapat meminimalkan gangguan seperti siswa kelelahan, enggan, atau harus izin karena atau harus izin karena aktivitas lain di sekolah.