

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan Penelitian

Memperhatikan hasil analisis data empiris penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini telah mencapai tujuan praktisnya, yaitu mengembangkan Model Konseling Keterampilan Hidup (MKKH) yang efektif untuk membantu siswa SMU, pria dan wanita yang berusia antara 14 tahun hingga 17 tahun, dalam membantu mereka mengembangkan Dimensi Kendali sebagai muara karakteristik Pribadi yang Tegar.

Model ini terbukti menunjukkan validitas internal yang memadai, walaupun belum diketahui validitas eksternal dan konsistensi internalnya. Sekalipun demikian terbukti pula bahwa model ini dapat mempengaruhi perkembangan Dimensi Kendali secara sinergis maupun secara parsial. Di samping itu model ini menunjukkan kekuatannya untuk meningkatkan Dimensi Kendali subyek yang pada praperlakuan belum positif, dan untuk memelihara Dimensi Kendali yang pada praperlakuan sudah positif.

Selain itu diketahui pula dari eksperimen ini bahwa walaupun kontribusi yang paling besar yang diterima oleh Dimensi Kendali adalah dari Kendalidiri dan berikutnya dari Katahati, namun ternyata bahwa pada akhir tahun ajaran Kelas I subvariabel Katahati merupakan yang paling besar peningkatannya. Sebaliknya, peningkatan Kendalidiri ternyata yang lebih rendah. Hal ini membuktikan bahwa mengembangkan perilaku psikologis yang berkaitan dengan suatu keteguhan berperilaku seperti Kendalidiri memerlukan waktu yang cukup panjang. Kenyataan ini merupakan dasar untuk dilaksanakannya MKKH dengan waktu yang lebih panjang.

Berkaitan dengan Model Konseling Keterampilan Hidup (MKKH) dapat disampaikan beberapa kesimpulan berikut.

1. Model bantuan ini merupakan model yang relevan dengan kebutuhan bantuan remaja, khususnya pada situasi sekarang yang menunjukkan ciri-ciri masyarakat semesta (global) yang sedang berada pada titik balik peradaban, di samping sedang mengalami gejolak pengaruh teknologi semesta yang mengandung dua kutub sebagai akibat perubahan, yang tercermin dari persaingan dan pertentangan serta pemutar-balikan norma-norma. Suatu situasi yang dirisaukan karena menuntut setiap individu mampu mempertahankan keberadaannya, selalu berpikir ke depan, selalu belajar untuk belajar, memilih cara berpikir dan bertindak yang efektif dalam memecahkan masalah tanpa harus melanggar norma-norma moral yang berlaku, menghindari berpikir secara linier, dan sebagainya.

2. Model ini merupakan suatu model layanan preventif ilmiah-praktis berdasarkan teori-teori kepribadian dan konseling keterampilan hidup yang mapan yang memungkinkan penggunaannya sesuai dengan kebutuhan remaja (khususnya siswa SMU kelas I) yang sedang menghadapi banyak masalah yang memungkinkannya mengalami stres berat atau putus asa. Layaknya sebuah model layanan preventif, maka model ini menggunakan alat-alat ukur yang akurat untuk mengukur karakteristik yang bersifat protektif (Dimensi Kendali yang mencerminkan keterampilan berpikir dan bertindak dalam masalah pengendalian diri dan lingkungan) dan yang rawan (putus asa atau stres berat sebagai gambaran ketidakmampuan menyesuaikan diri sebagai cara pemecahan masalah), dengan menggunakan prosedur ilmiah dari Richard Nelson-Jones.

3. Model bantuan ini memiliki perbedaan yang tegas dengan model bantuan yang berlaku selama ini, baik subyek maupun prosedurnya. Subyek model ini tidak hanya terdiri dari mereka yang sudah mengalami kesulitan memecahkan masalah secara psikologis, tetapi juga mereka yang tidak

mengalami kesulitan pemecahan masalah. Dengan kata lain, kelompok subyek bersifat heterogin yang terdiri dari subyek yang bermasalah maupun yang tidak bermasalah. Dalam pendekatan ini subyeklah yang menentukan alasan perlunya memperoleh bantuan, jenis bantuan yang diperlukan, dan tujuan bantuan yang dipilihnya. Bahkan subyek turut serta menentukan perlakuan atau intervensi yang akan dilakukan..

4. Nilai kepraktisan Model Konseling Keterampilan Hidup ini diakui peneliti belum memadai, karena baru diketahui efektivitasnya sebagaimana ditunjukkan oleh skor perolehan subyek berdasarkan nilai pretes dan pascates. Alasan lainnya, karena konsep-konsep pendekatan keterampilan hidup masih belum berkembang di negara ini, sekurang-kurangnya belum dipahami benar oleh para pmbimbing termasuk peneliti sendiri, dan karena selama ini seringkali kegiatan bimbingan di sekolah lebih menyerupai 'pengajaran' dari pada konseling. Oleh karena itu pula kegiatan bimbingan selalu mengacu pada petunjuk teknis yang baku yang disediakan oleh instansi, dalam hal ini Departemen Pendidikan Nasional. Karena itu pula seringkali kegiatan bimbingan lebih berorientasi pada subyek yang sudah mengalami 'kegagalan' sehingga sifatnya selalu kuratif. Padahal model konseling yang dikembangkan dalam penelitian ini bersifat preventif dan pengembangan selain bersifat kuratif.

5. Pelaksanaan model ini ternyata akan lebih berhasil apabila dilakukan untuk mengembangkan kemampuan yang sangat spesifik sesuai dengan pandangan yang dikemukakan oleh Lazarus & Folkmann (1984: 69-74) bahwa proses perubahan kendali tidak dibatasi untuk ekspektasi-ekspektasi tentang lingkungan, tetapi juga dapat menunjuk kepada ekspektasi-ekspektasi pengendalian respon seseorang terhadap peristiwa-peristiwa yang terdahulu yang sifatnya situasional seperti stres yang disebabkan oleh

kesulitan belajar, kekecewaan dalam persahabatan, ayah atau ibu sering bertengkar, dan sebagainya. Dasar pemikirannya adalah bahwa jika model ini dikenakan pada masalah yang luas, maka konselor akan sulit mengevaluasi faktor-faktor yang sebenarnya yang menjadi sebab klien mengalami keputusasaan misalnya.

B. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dikemukakan rekomendasi-rekomendasi sebagai berikut.

1. Rekomendasi Penggunaan Model Temuan Penelitian

- a. Model temuan penelitian ini mempunyai keefektivan yang tinggi, dan validitas internal yang memadai. Oleh karena itu, seyogyanya konseling keterampilan hidup segera diperkenalkan kepada khalayak pendidikan, khususnya para petugas bimbingan konseling di SMU. Oleh karena selama ini kegiatan bimbingan selalu mengikuti petunjuk teknis yang mengakibatkan bimbingan konseling berubah menjadi 'mengajar', sebelum menggunakan model ini sebaiknya dilakukan terlebih dahulu semacam pelatihan khusus mengenai penggunaannya di SMU, agar pelaksanaan model ini di lapangan tidak menjadi kabur maknanya hanya karena ketidakbiasaan menggunakannya. Bahkan walaupun model konseling ini menurut data empiris-praktis memiliki keefektivan yang tinggi, tidaklah salah bila sebelum dipergunakan terlebih dahulu dilakukan uji coba lapangan yang lebih luas, yang dapat dilakukan secara simultan bersamaan dengan penggunaannya.
- b. Menyadari urgennya penanganan remaja untuk meningkatkan kadar Dimensi Kendali, agar mampu menghadapi tantangan kehidupan yang makin rumit, kiranya tidak berlebihan bila Model Konseling Keterampilan Hidup ini dipelajari secara mendalam oleh para konselor

- dan para calon konselor. Penelaahan pendekatan konseling tersebut sekurang-kurangnya akan menambah wawasan tentang praktek konseling yang lebih menumpukan orientasinya kepada subyek atau klien, dan sebagai pembanding pendekatan konseling yang selama ini berlaku.
- c. Agar tidak terjadi lagi kekeliruan penggunaan prosedur konseling menjadi prosedur pembelajaran, akan lebih menguntungkan kiranya seandainya pendekatan konseling keterampilan hidup ini dimasukkan ke dalam kurikulum pendidikan konseling sebagai salah satu materi perkuliahan. Tujuannya, agar calon konselor mempunyai kesempatan yang lebih leluasa untuk mempelajari, melatih diri, dan membandingkan-bandingkannya dengan pendekatan-pendekatan yang lain secara lebih mendalam.
 - d. Mengingat pentingnya peran konseling dalam keseluruhan proses pendidikan, seyogyanya pendekatan konseling keterampilan hidup ini disosialisasikan kepada para pengajar pada semua jenjang pendidikan, mulai dari taman kanak-kanak hingga perguruan tinggi. Dasar pemikirannya terutama karena pendidikan merupakan upaya sadar dan sistematis dengan tujuan mengubah, mengembangkan dan memelihara keterampilan hidup, yang meliputi keterampilan berpikir (*learning how to think*), keterampilan bertindak (*learning to do*), keterampilan untuk dapat hidup (*learning to be*), keterampilan belajar (*learning how to learn*), dan keterampilan untuk hidup bersama (*learning to live together*). Melihat lingkup pendidikan tersebut, jelas bahwa dalam keterampilan hidup terkandung ranah kognitif, afektif dan konatif atau psikomotor. MKKH yang dikembangkan dalam penelitian ini bertujuan membantu klien (siswa) SMU mengubah, mengembangkan dan memelihara keterampilan berpikir dan bertindak yang diperlukan

dalam menetapkan urutan pilihan yang memperkuat dan mempertegas kehidupan psikologis mereka dalam bidang-bidang keterampilan belajar dan bergaul. Sementara itu, pendekatan keterampilan hidup terhadap perkembangan manusia bertujuan mencari jawaban tentang bagaimana manusia memperoleh kekuatan dan kelemahan keterampilan berpikir dan bertindak, dan bagaimana seorang individu memperoleh bahasa keterampilan yang merupakan keterampilan untuk memikirkan dan menganalisis perilakunya dalam bentuk-bentuk keterampilan. MKKH menunjukkan kekuatannya untuk membantu mengembangkan perilaku kognitif-psikologis yaitu Dimensi Kendali yang mencakup Kendalidiri, Perilaku Mengendalikan, dan Katahati, baik melalui adegan konseling yang menggunakan teknik pengajaran-diri (*self-instruction*), melalui contoh, belajar dari akibat, belajar dari pengalaman, informasi, maupun melalui kesempatan mencoba. Dalam hal ini Dimensi Kendali merupakan alat untuk mengembangkan keterampilan hidup. Jelas tidaklah salah jika dikatakan bahwa pendekatan konseling keterampilan hidup mempunyai peran penting dalam membantu perkembangan keterampilan-keterampilan yang lain khususnya keterampilan psikologis seperti bagaimana cara belajar yang tepat akan membantu kegiatan belajar-mengajar (*instruction*). Sementara itu materi pengajaran (*subject-matter*) merupakan bahan yang digunakan untuk mencapai tujuan pendidikan dalam hal keterampilan belajar. Uraian singkat ini menunjukkan bahwa konseling keterampilan merupakan upaya yang sejajar dengan kegiatan pengajaran, saling memperlancar dan saling melengkapi dalam membantu siswa mengembangkan kekuatan keterampilan berpikir, kekuatan bertindak, dan kekuatan keterampilan memilih cara belajar. Oleh karena itu dapat ditegaskan bahwa isi keterampilan hidup bukan hanya *academic content* atau kemampuan melakukan



suatu kecakapan khusus dalam bidang pekerjaan tertentu misalnya mencangkul, tetapi mempunyai cakupan yang sangat luas, sesuai keterampilan yang diperlukan dalam kehidupan manusia. Jelas pula bahwa konseling keterampilan hidup dapat dilakukan dalam lingkungan sekolah pada semua jenjang pendidikan sesuai dengan tingkat perkembangan siswa, maupun di luar lingkungan sekolah misalnya pegawai, suami-istri, baik secara individual ataupun kelompok.

2. Rekomendasi untuk Penelitian Lebih Lanjut

Memperhatikan hasil penelitian ini, dapat dikemukakan tema-tema penelitian untuk penelitian selanjutnya. Tema tersebut dapat merupakan tema yang sama dengan penelitian ini tetapi dengan memperluas wilayah penelitian, atau merupakan tema yang lebih khusus seperti yang dilakukan oleh Nelson-Jones sendiri.

Data penelitian menunjukkan besarnya perubahan Dimensi Kendali setelah memperoleh perlakuan. Namun betapapun besarnya perubahan itu tentunya masih harus ditindaklanjuti agar benar-benar bermanfaat dalam hidup. Artinya, yang terukur dengan instrumen laporan diri hendaknya tercermin dalam perilaku nyata atau tindakan. Dengan kata lain, kalau perubahan itu menunjukkan keterampilan berpikir, maka harus tercermin dalam keterampilan bertindak. Masalahnya, bagaimana pendidikan, dalam hal ini konseling, dapat membantu subyek mengembangkan Kendalidiri yang makin internal sejalan dengan perkembangan Perilaku Mengendalikan dan Katahati. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk mencari model yang lebih efektif guna membantu remaja mengembangkan dan menyelaraskan keterampilan berpikir dengan keterampilan bertindak dalam memecahkan masalah-masalah belajar dan bergaul.

Dari sisi ini dapat dilakukan penelitian lanjutan dengan menambah frekuensi latihan dan tindakan pemeliharaan Dimensi Kendali siswa yang sudah berubah. Di sekolah tentunya konselor harus bekerja sama dengan unsur masyarakat sekolah yang lain, seperti guru dan personil lainnya, memperhatikan kondisi sekolah dalam pembelajaran, serta kerjasama dengan para orang tua siswa. Dalam kaitan dengan proses belajar mengajar, pengembangan Dimensi Kendali erat hubungannya terutama dengan perilaku pembelajaran yang dilakukan oleh guru. Penelitian awal studi ini menunjukkan bahwa banyak siswa yang tidak mengerjakan pekerjaan rumah bukan karena semata-mata tidak mampu, tetapi sering karena mereka jenuh untuk terus menerus menyelesaikan pekerjaan rumah, padahal sering pekerjaan itu tidak berdampak pada skor yang mereka peroleh dalam ujian-ujian. Dalam hal ini perlu segera diteliti model pembelajaran dengan mendayagunakan konsekuensi suatu tindakan dalam proses belajar terhadap perkembangan keterampilan berpikir dan bertindak siswa-siswa.

Masalah yang muncul antara lain, pengaruh sosial sekolah yang sering kurang disadari oleh khalayak sekolah atau pendidikan. Padahal sekolah merupakan institusi yang mampu menciptakan perbedaan perkembangan karakteristik pribadi di antara siswa (Brookover, 1977: 12-13).

Berkaitan dengan pendidikan moral atau etika, yang sangat terkait dengan pengembangan keterampilan berpikir dan bertindak dalam hubungan dengan perkembangan Dimensi Kendali remaja, dapat dilakukan penelitian untuk mengetahui sejauhmana pengaruh MKKH terhadap peningkatan keterampilan berpikir dan bertindak dalam memecahkan masalah-masalah hidup, seperti yang terjadi dalam masyarakat semesta (*global society*), dengan selalu berpegang pada norma-norma yang berlaku. Dalam hal ini perlu penelitian lebih lanjut mengenai MKKH dalam pengembangan Katahati secara khusus.

Sekalipun dalam penelitian ini semua instrumen untuk mengungkap tingkat Kendalidiri, Perilaku Mengendalikan dan Katahati, sudah diuji kebaikannya, nampaknya masih dapat dikembangkan agar dapat dikenakan kepada semua remaja dari berbagai budaya, tingkat pendidikan dan usia, dengan cara memperluas wilayah penelitian dan meningkatkan jumlah sampel.

Oleh karena pendekatan konseling keterampilan hidup merupakan pendekatan yang belum populer di kalangan sekolah, dapat dilakukan beberapa penelitian yang berkaitan dengan pandangan dan keterampilan konselor tentang pendekatan konseling tersebut. Atau model pelatihan bagi konselor dalam memahami pendekatan konseling keterampilan hidup.

Masih banyak tema-tema penelitian lainnya yang dapat dilakukan dalam hubungan hasil penelitian ini, misalnya model pengembangan perilaku sosial remaja, model penanganan remaja dalam menanggulangi masalah narkotik, dan sebagainya.