

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

Bahasan yang dipaparkan pada bab lima yaitu mendeskripsikan keseluruhan BAB dan juga rekomendasi untuk guru bimbingan dan konseling, dan peneliti selanjutnya.

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan simpulan sebagai berikut.

**5.1.1** Gambaran umum kesejahteraan psikologis santri kelas XI di Pondok Pesantren Santi Asromo Majalengka Tahun Ajaran 2020/2021 berada pada kategori skor rendah. Artinya, santri belum memiliki sikap positif terhadap diri, memiliki sikap rendah diri, belum dapat menerima aspek baik dan buruk dalam diri, kesulitan membina hubungan baik dengan orang lain, belum peduli terhadap orang lain, belum dapat menaruh kepercayaan terhadap orang lain, keputusan santri masih berdasarkan pendapat orang lain, belum bijaksana dalam menyikapi tekanan sosial, masih peduli dengan penilaian orang lain terhadap diri, belum mampu mengubah atau meningkatkan lingkungan, belum mampu mengendalikan situasi rumit, belum memiliki tujuan dan makna hidup dari kejadian masa kini dan masa lalu, belum memiliki keinginan untuk bertumbuh, belum memiliki keinginan untuk berubah ke arah yang lebih baik, dan menutup diri dari pengalaman baru. Kesejahteraan psikologis memiliki enam dimensi penyusun yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with other*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*). Gambaran umum dimensi kesejahteraan psikologis pada kategori skor tinggi hanya dimensi tujuan hidup (*purpose in life*).

**5.1.2** Program bimbingan dan konseling pribadi untuk mengembangkan kesejahteraan psikologis santri kelas XI di Pondok Pesantren Santi Asromo Majalengka Tahun Ajaran 2020/2021, dengan gambaran umum sebagai *need assesment*, diperoleh hasil kesejahteraan psikologis santri

rata-rata berada pada kategori skor rendah. Program bimbingan dan konseling pribadi disusun dengan struktur rasional, dasar hukum, visi dan misi, deskripsi kebutuhan, tujuan, komponen program, bidang layanan, rencana operasional, pengembangan tema atau topik, sarana dan prasarana, anggaran biaya, evaluasi, pelaporan, dan tindak lanjut. Program bimbingan dan konseling pribadi berfokus untuk mengembangkan kesejahteraan psikologis menggunakan pendekatan *well-being therapy*.

## **5.2 Rekomendasi**

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa rekomendasi untuk ditindak lanjuti sebagai berikut.

### **5.2.1 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kesejahteraan psikologis santri kelas XI di Pondok Pesantren Santi Asromo Majalengka Tahun Ajaran 2020/2021, penting untuk melakukan layanan guna mengembangkan kesejahteraan psikologis santri. Program yang dihasilkan dapat digunakan sebagai alternatif program untuk mengembangkan kesejahteraan psikologis santri. Strategi layanan untuk mengembangkan kesejahteraan psikologis santri adalah konseling kelompok, dan bimbingan kelompok. Fokus layanan untuk mengembangkan kesejahteraan psikologis santri mengembangkan penerimaan diri, membangun hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, menentukan tujuan dan arah hidup, serta menumbuhkan kesiapan untuk menjadi tumbuh dan berkembang lebih baik.

### **5.2.2 Bagi Penelitian Selanjutnya**

Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan melakukan intervensi kepada santri dengan memberikan layanan berdasarkan program yang telah disusun, penelitian juga dapat diarahkan spesifik pada faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis santri, yaitu usia, jenis kelamin, hubungan sosial.

### **5.2.3 Keterbatasan Penelitian**

Keterbatasan-keterbatasan dalam penelitian mengenai program bimbingan dan konseling pribadi untuk mengembangkan kesejahteraan psikologis santri kelas XI di Pondok Pesantren Santi Asromo Majalengka Tahun Ajaran 2020/2021 sebagai berikut. (1) penelitian terbatas pada profil kesejahteraan psikologis, belum dapat membedakan tingkat kesejahteraan psikologis berdasarkan faktor pendukung seperti kondisi demografis, dukungan sosial, dan religiusitas (2) penelitian terbatas pada pengembangan kesejahteraan psikologis santri, belum menyentuh kesejahteraan psikologis guru dan ustadz di lingkungan pesantren sebagai lingkungan yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis santri.