

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

1. Faktor penyebab marah terbesar yang dirasakan oleh siswa SMPN 11 Bandung tahun pelajaran 2010/2011 adalah pada sub aspek keluarga dengan indikator ketidakharmonisan orang tua. Dalam sub aspek persepsi diri yang salah, indikator menganggap dirinya paling cantik/tampan menjadi faktor penyebab marah terbesar. Pada sub aspek frustrasi, indikator merasa putus asa menjadi faktor penyebab marah terbesar. Pada sub aspek Fantasi pendorong kemarahan, indikator terus menerus mengingat keburukan orang lain menjadi faktor penyebab marah terbesar. Pada sub aspek pemikiran irasional, indikator menyalahkan orang lain menjadi faktor penyebab marah terbesar. Pada sub aspek keluarga, indikator ketidakharmonisan keluarga menjadi faktor penyebab marah terbesar. Pada sub aspek lingkungan sekolah indikator pengkhianatan oleh teman sebaya menjadi faktor penyebab marah terbesar
2. Faktor penyebab marah untuk siswa kelas VII SMPN 11 Bandung tahun pelajaran 2010/2011 terdapat dalam sub aspek keluarga pada indikator ketidakharmonisan orang tua.
3. Faktor penyebab marah untuk siswa kelas VIII SMPN 11 Bandung tahun pelajaran 2010/2011 terdapat dalam sub aspek keluarga pada indikator ketidakharmonisan orang tua.
4. Faktor penyebab marah siswa kelas IX SMPN 11 Bandung tahun pelajaran 2010/2011 terdapat dalam sub aspek hubungan teman sebaya pada indikator pengkhianatan.

5. Terdapat kesamaan dalam faktor penyebab marah yang sangat memicu berdasarkan sub aspek dilihat dari tingkatan kelas VII, VIII, dan IX yaitu aspek keluarga.

B. Rekomendasi

1. Bagi Sekolah

Sekolah merupakan rumah bagi kedua bagi siswanya. Didalamnya mereka menghabiskan sebagian besar waktunya dengan guru, teman sebaya, adik tingkat, kakak tingkat, dan warga sekolah lainnya. Dalam interaksi sosialnya dengan seluruh warga sekolah berpotensi untuk menimbulkan konflik. Oleh karena itu, penting sekali untuk menciptakan lingkungan sekolah yang kondusif. Hal yang utama dari penciptaan lingkungan yang kondusif adalah bahwa para personel sekolah juga harus menyadari dan memahami perkembangan anak didiknya yang sedang berada pada masa negatif dalam perkembangan emosinya. Selain itu personel sekolah juga harus berusaha memahami kemarahan dirinya, mengendalikan marahnya, menyampaikan marahnya secara asertif, serta dapat merespon orang yang marah dengan tepat. Ketika para personel sekolah sudah menguasai hal-hal tersebut maka lingkungan kondusif bagi siswa untuk mengembangkan keterampilan mengendalikan marahnya sudah tersedia di sekolah.

2. Bagi Guru BK/Konselor

Data temuan yang dihasilkan dalam penelitian ini dapat digunakan sebagai analisis kebutuhan penyusunan program bimbingan dalam mengembangkan kemampuan mengendalikan faktor penyebab marah. Dengan terdapat enam aspek yang dapat dikembangkan yaitu :

- a. persepsi diri yang salah
- b. Frustrasi
- c. Fantasi pendorong kemarahan
- d. Pemikiran Irasional
- e. Keluarga
- f. Lingkungan sekolah.

Pemberian materi yang relevan dengan keenam aspek tersebut diharapkan mampu mengembangkan kemampuan mengendalikan faktor penyebab marah siswa. Dengan berfokus pada pengembangan aspek keluarga dan lingkungan sekolah karena dua aspek tersebut sebagai dua faktor penyebab marah yang paling dirasakan oleh siswa.

Program bimbingan untuk mengembangkan kemampuan mengendalikan faktor penyebab marah ini dilakukan melalui empat layanan yaitu layanan dasar bimbingan, layanan responsif, layanan perencanaan individual, dan dukungan sistem.

- a. Layanan Dasar Bimbingan

Layanan ini ditujukan untuk seluruh siswa. Tujuan dari layanan dasar ini adalah membantu siswa mengembangkan kemampuan mengendalikan faktor penyebab marah melalui informasi-informasi yang diberikan oleh guru pembimbing secara klasikal atau dinamika kelompok dengan materi serta metode penyampaian yang kreatif. Materi yang diberikan mengenai : perkembangan emosi remaja, pengertian marah, faktor penyebab marah, mengendalikan marah.

- b. Layanan Responsif

Layanan ini dilakukan untuk membantu siswa yang merespon marah dengan cara yang tidak sehat. Strategi yang digunakan dalam layanan responsif adalah konseling individual, konseling kelompok dan konsultasi. Layanan ini diberikan hanya kepada siswa yang memerlukan pada suatu waktu tertentu.

c. Layanan Perencanaan Individual

Layanan ini diberikan untuk membantu siswa membuat perencanaan pribadi. Setelah mengetahui informasi yang diberikan melalui layanan dasar bimbingan atau setelah melakukan konseling dengan konselor, siswa diarahkan untuk mengimplementasikannya kedalam sebuah rencana pribadi. Siswa diarahkan untuk mengetahui apa saja faktor-faktor yang membuatnya marah, dan membuat rencana bagaimana

d. Dukungan sistem.

Dalam menerapkan program bimbingan untuk mengembangkan kemampuan mengendalikan keterampilan marah perlu adanya dukungan dari semua pihak di sekolah agar hasilnya optimal. Konselor bisa menggunakan sumber daya manusia yang ada demi tercapainya program layanan bimbingan. tidak dapat dipungkiri bahwa konselor tidak bisa menjalankan program tersebut tanpa dukungan pihak lain di sekolah.

Beberapa pihak yang bisa diajak untuk bekerjasama diantaranya adalah guru bidang studi, wali kelas, wakasek kesiswaan, orang tua atau pihak lain/ahli yang lebih bisa menangani kasus di luar kemampuan guru pembimbing. Hal yang utama dari penciptaan lingkungan yang

kondusif adalah bahwa para personel sekolah juga harus menyadari dan memahami perkembangan anak didiknya yang sedang berada pada masa negatif dalam perkembangan emosinya. Selain itu personel sekolah juga harus berusaha memahami kemarahan dirinya, mengendalikan marahnya, menyampaikan marahnya secara asertif, serta dapat merespon orang yang marah dengan tepat. Ketika para personel sekolah sudah menguasai hal-hal tersebut maka lingkungan kondusif bagi siswa untuk mengembangkan keterampilan mengendalikan marahnya sudah tersedia di sekolah.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Program yang telah dirumuskan oleh peneliti masih bersifat hipotetik dan penelitian berikutnya disarankan untuk mengkaji penerapan program bimbingan untuk meningkatkan kemampuan mengendalikan faktor penyebab marah siswa sekolah menengah pertama dengan pendekatan, teknik, setting, dan waktu yang lebih bervariasi, sesuai dengan kebutuhan untuk memfasilitasi perkembangan siswa. Serta mengkaji lebih dalam efektifitas program bimbingan dan konseling untuk mengembangkan kemampuan siswa dalam mengendalikan faktor penyebab marah.

4. Bagi Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

Data temuan dalam penelitian ini dapat digunakan sebagai penambah wawasan keilmuan khususnya mengenai faktor penyebab marah siswa sekolah menengah pertama. Data yang ada juga dapat digunakan sebagai bahan dalam memperkaya keilmuan perkuliahan dalam mata kuliah kesehatan mental, bimbingan dan konseling pribadi-sosial sebagai data empiris. Selain itu, penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar pertimbangan untuk memberikan

seminar atau pelatihan kepada konselor di sekolah menengah pertama dengan tujuan untuk memperkaya dan mengembangkan wawasan teoritis dan praktis konselor sekolah dalam mengembangkan kemampuan mengendalikan marah siswa.

