

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian dan pembahasan, maka terdapat beberapa kesimpulan sebagai berikut.

5.1.1 Penelitian ini membuktikan *homesickness* ditandai dengan gejala-gejala yang terdiri dari aspek kognitif, fisiologis, behavioral, dan emosional. Dinamika gejala-gejala yang ditemukan menandakan *homesickness* yang kuat pada ketiga subjek penelitian, seperti pikiran obsesif tentang rumah, pikiran negatif tentang lingkungan baru, menangis dan tidak dapat mengendalikan emosi, sikap menarik diri, dan keluhan-keluhan fisik. Dengan demikian, *homesickness* tidak dapat dipandang masalah normal, karena *homesickness* adalah masalah serius yang dapat menghambat optimalisasi perkembangan remaja yang idealnya dapat membentuk konsep diri positif dan menemukan identitas diri.

5.1.2 Berdasarkan dinamika gejala-gejala *homesickness*, faktor personal yang memiliki peranan utama dalam berkembangnya *homesickness* adalah perspektif negatif ketiga subjek penelitian dalam memandang situasi sulit di pesantren. Perspektif negatif membuat ketiga subjek penelitian sulit menyesuaikan diri di pesantren dengan baik dan sulit merasa nyaman dengan segala aktivitas, sehingga timbullah *homesickness* yang ditandai dengan rasa tidak betah serta keinginan untuk pulang. Alih-alih berpikir positif bahwa situasi sulit dapat menjadi tantangan untuk membentuk mental yang kuat, ketiganya terlarut dalam *homesickness* yang berkembang. Oleh karena itu, perspektif yang baik perlu dibangun agar *homesickness* tidak berkembang pada remaja yang sedang bertumbuh dan berkembang.

5.1.3 *Solution-Focused Brief Counseling* adalah pendekatan kontemporer yang sesuai dengan kebutuhan remaja masa kini untuk masa depan yang lebih baik. Dengan prinsip *future-focused* dan *goal-oriented*, Rancangan SFBC merupakan inovasi bimbingan dan konseling untuk membantu remaja tidak

lagi terganggu oleh *homesickness*, tetapi berfokus pada solusi dan perencanaan masa depan dengan strategi konseling individual. Rancangan SFBC disusun secara sistematis sesuai dengan kebutuhan remaja dan bertujuan mereduksi *homesickness* di sekolah asrama.

5.2 Rekomendasi

Berdasarkan temuan penelitian, terdapat beberapa rekomendasi yang ditujukan untuk Guru BK/Konselor dan peneliti selanjutnya sebagai berikut.

5.2.1 Guru BK/Konselor

Guru BK/Konselor dapat menggunakan rancangan SFBC sebagai pedoman khusus dalam menangani permasalahan *homesickness* dalam *setting* konseling individual dengan langkah-langkah sebagai berikut.

- 1) Guru BK/Konselor perlu memahami konsep dasar *Solution-Focused Brief Counseling* baik dalam segi prinsip, teknik, hingga langkah-langkah dengan menguasai literasi dan mengikuti seminar atau pembekalan sebelum menerapkan rancangan SFBC.
- 2) Guru BK/Konselor melakukan identifikasi awal terkait masalah *homesickness* yang dialami oleh peserta didik.
- 3) Selanjutnya, masalah yang teridentifikasi dapat menjadi dasar untuk melakukan layanan konseling dengan mengacu pada rancangan *Solution-Focused Brief Counseling*.

5.2.2 Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini memiliki keterbatasan yang diharapkan dapat dilengkapi oleh peneliti selanjutnya dengan dengan melakukan *purposive sampling* dengan baik agar mendapat subjek penelitian yang lebih kaya informasi serta menambah sumber. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat melakukan uji efektivitas yaitu dengan implementasi rancangan *Solution-Focused Brief Counseling* untuk mereduksi *homesickness* remaja di sekolah asrama/pesantren.