

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan temuan penelitian, diperoleh beberapa kesimpulan akhir sebagai berikut.

5.1.1 Syukur merupakan sebuah emosi yang hadir sebagai sebuah respon terhadap kebaikan dan bantuan dari pihak lain. Sebagai respon atas tindakan yang dilakukan pihak lain, syukur hadir setiap hari dalam kehidupan individu, namun seringkali individu tidak begitu mengindahkan atau memaknai kehadirannya sehingga diperlukan sebuah kejadian krusial untuk dapat memaknainya kembali.

5.1.2 Perspektif syukur yang dimiliki oleh kedua partisipan penelitian mengenai syukur adalah perspektif yang cenderung positif ditinjau dari ketercapaian indikator tingkah laku bersyukur versi Indonesia, di mana perspektif tersebut memiliki komponen: 1) rasa apresiasi (*sense of appreciation*); 2) perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki; dan 3) kecenderungan untuk bersikap positif sebagai ekspresi diri atas perasaan positif dan apresiasi yang dimiliki.

5.1.3 Meskipun kedua perspektif syukur yang dimiliki oleh kedua partisipan penelitian positif, terdapat perbedaan cara pandang kedua partisipan penelitian dalam beberapa aspek seperti definisi dan komponen syukur. Hadirnya perbedaan cara pandang ini disinyalir karena perbedaan usia, perbedaan status, dan perbedaan jenis kelamin.

5.2 Rekomendasi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa rekomendasi yang ditujukan untuk peneliti selanjutnya dan untuk guru BK atau konselor.

5.2.1 Untuk Guru BK atau Konselor

Guru BK atau konselor dapat menggunakan penelitian ini sebagai salah satu referensi dalam perancangan layanan BK yang terkait syukur atau persiapan menuju tahap perkembangan dewasa awal dengan langkah-langkah atau catatan-catatan berikut.

- 1) Sebelum perancangan layanan, guru BK atau konselor perlu memahami konsep dasar syukur dan pengaruhnya terhadap kehidupan sehari-hari pada setiap tahap perkembangan individu.
- 2) Untuk meningkatkan efektivitas layanan, guru BK atau konselor perlu mengidentifikasi terlebih dahulu sasaran layanan BK dan kebutuhan sasaran BK terhadap syukur sebelum merancang layanan.

5.2.2 Untuk Peneliti Selanjutnya

Setelah melakukan penelitian ini, ditemukan beberapa kekurangan penelitian yang diharapkan dapat dilengkapi oleh peneliti selanjutnya. Peneliti selanjutnya diharapkan mengkaji lebih dalam mengenai pengaruh jenis kelamin individu terhadap perspektif yang dimiliki oleh individu terhadap sesuatu. Selain itu, peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat memberikan contoh bentuk layanan terkait syukur dan uji efektivitasnya dalam kehidupan sehari-hari.