

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa model konseling kelompok hasil pengembangan ini efektif untuk membantu kaum lansia di panti jompo melakukan regulasi diri. Secara khusus kesimpulan yang dapat dihasilkan dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Profil regulasi diri kaum lansia menunjukkan bahwa sebagian besar mereka ada pada kategori “Sedang” yang cenderung ke kategori “Rendah”. Demikian juga halnya dengan regulasi diri kaum lansia laki-laki dan perempuan yang terlihat cenderung mempola pada kategori yang sama, yaitu kategori “Sedang”.
2. Model konseling kelompok regulasi diri bagi kaum lansia di panti jompo terdiri atas konsep dasar model dan buku panduan pelaksanaan. Pada konsep dasar dimuat: rasional, tujuan, prinsip pelaksanaan, khalayak sasaran, peran dan kualifikasi konselor media yang digunakan, dan prosedur kerja konseling, serta evaluasi keberhasilan. Dalam buku panduan disajikan pedoman pelaksanaan konseling kelompok untuk membantu kaum lansia di panti jompo melakukan regulasi diri secara efektif
3. Regulasi diri kaum lansia di panti jompo sebelum dan setelah menggunakan model konseling kelompok berbeda secara signifikan; skor rerata regulasi diri kaum lansia sesudah menggunakan model konseling kelompok hasil

pengembangan tersebut ternyata jauh lebih tinggi dari pada skor yang ditunjukkan oleh mereka sebelumnya.

4. Regulasi diri kaum lansia yang menggunakan model konseling kelompok (kelompok eksperimen) berbeda secara signifikan dengan konseli yang tidak menggunakan model konseling kelompok (kelompok kontrol). Skor rerata regulasi diri kaum lansia pada kelompok eksperimen ditemukan lebih tinggi daripada konseli pada kelompok kontrol.
5. Regulasi diri kaum lansia antara laki-laki dan perempuan pada umumnya tidak berbeda secara signifikan. Baik skor kaum lansia laki-laki maupun skor kaum lansia perempuan cenderung sama-sama rendah sebelum menjalani konseling kelompok, dan sama-sama tinggi setelah mereka menjalani konseling kelompok. Dengan kata lain, keefektifan penggunaan model konseling kelompok regulasi diri kaum lansia ini tidak bergantung kepada jenis kelamin mereka.

B. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasannya serta kesimpulan yang telah dikemukakan pada bagian sebelumnya, diajukanlah beberapa rekomendasi berikut ini:

1. Rekomendasi bagi Praktik Penyelenggaraan Konseling Kelompok

Studi ini membuktikan bahwa secara empiris model konseling kelompok efektif untuk membantu kaum lansia di panti jompo melakukan regulasi diri sebagai wujud dari tugas hidup secara sehat dan baik. Diduga, keefektifan model tersebut tidak terlepas dari sikap mental yang melekat pada subyek

penelitian seperti berorientasi prestasi dalam bekerja dan berusaha. Karakteristik tersebut mungkin telah “memupuk” perkembangan kemandirian kaum lansia dalam pengambilan keputusan pilihan regulasi dirinya. Berdasarkan temuan dan dugaan tersebut, sebaiknya model konseling kelompok regulasi diri kaum lansia ini digunakan oleh konselor kelompok bersama ko-konselor untuk membantu para kaum lansia di panti jompo yang memiliki karakteristik sama dengan subyek penelitian.

2. Rekomendasi bagi Penelitian Lanjutan

- a. Model konseling kelompok ini efektif untuk membantu kaum lansia melakukan regulasi diri. Keefektifan penggunaan model tersebut diduga berkaitan dengan banyak karakteristik demografis konseli, seperti kualitas keimanannya atau derajat spiritualitasnya, kualitas kesehatannya, dan rentangan usia. Namun bukti empiris yang menjelaskan keterkaitan berbagai variabel karakteristik demografis tersebut tidak banyak ditemukan pada studi ini. Satu-satunya karakteristik demografis kaum lansia yang telah diperiksa terkait dengan keefektifan konseling kelompok ini adalah jenis kelamin mereka. Untuk variabel ini temuan menunjukkan bahwa jenis kelamin subyek tidak menentukan keefektifan penggunaan model dalam membantu kaum lansia meregulasi diri. Oleh sebab itu, direkomendasikan kepada para peneliti lanjutan agar temuan ini dijadikan data awal bagi penelitian lanjutan yang serupa, terutama untuk memeriksa keterkaitan atau mungkin pengaruh berbagai variabel, seperti agama atau spiritualitas, kesehatan, dan rentang usia

dengan dan terhadap keefektifan penggunaan model konseling yang telah dikembangkan ini.

- b. Uji keefektifan model konseling kelompok hasil pengembangan pada studi ini dikenakan kepada kaum lansia di panti jompo. Melalui kerja dan dinamika kelompok para subyek diarahkan untuk memahami diri dan pengenalan lingkungan hidup mereka. Kondisi yang demikian telah membawa perubahan pada rencana dan gaya hidup konseli. Untuk itu, model pelayanan konseling semacam ini dapat digunakan dalam upaya membantu kaum lansia yang memilih tinggal diluar panti jompo untuk melakukan regulasi diri. Terkait dengan hal tersebut, direkomendasikan agar penelitian lanjutan diperluas kepada para kaum lansia yang tinggal diluar panti jompo, misalnya tinggal dengan anak cucu dan tua di rumah sendiri bersama pasangannya.