

## BAB V

### KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Pada bab V diuraikan kesimpulan dan rekomendasi konseling kelompok *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik di SMP Alfa Centauri tahun ajaran 2021/2022.

#### 5.1 Kesimpulan

1. Peserta didik SMP Alfa Centauri pada umumnya memiliki resiliensi akademik pada kategori sedang. Artinya peserta didik belum secara optimal mampu bertahan dalam setiap tantangan dan kesulitan saat menghadapi pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19. Peserta didik yang memiliki kategori sedang adalah peserta didik yang memiliki *confidence* (percaya diri), *composure* (ketenangan) dan *commitment atau persistence* (komitmen atau ketekunan) yang baik namun memiliki *control* (kemampuan mengelola) yang rendah.
2. Program konseling kelompok pendekatan *SFBC* untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik mencakup sebagai berikut : 1) rasional; 2) deskripsi kebutuhan; 3) tujuan; 4) sasaran konseling; 5) kompetensi konselor; 6) tahapan konseling kelompok *SFBC*; 7) rancangan operasional konseling kelompok *SFBC*; 8) evaluasi; 9) indikator keberhasilan; 10) rencana pelaksanaan layanan (RPL).
3. Konseling kelompok *SFBC* mampu mengembangkan resiliensi akademik peserta didik SMP Alfa Centauri tahun ajaran 2021/2022 baik secara umum, per aspek dan secara individu yang ditandai dengan peningkatan skor resiliensi akademik setelah peserta didik diberikan konseling kelompok *SFBC*. Peserta didik memiliki perubahan sikap dan rencana pengembangan resiliensi akademik setelah pemberian konseling kelompok *SFBC*.

#### 5.2 Rekomendasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa program konseling kelompok *SFBC* mampu mengembangkan resiliensi akademik peserta didik. Atas dasar penelitian ini diberikan rekomendasi untuk guru bimbingan dan konseling dan penelitian selanjutnya.

### 5.2.1 Guru bimbingan dan konseling

Ketika guru bimbingan dan konseling ingin mengembangkan resiliensi akademik peserta didik maka guru bimbingan dan konseling direkomendasikan untuk mengamati, meniru, memodifikasi atau bahkan menggunakan program konseling kelompok *SFBC* sebagai salah satu pendekatan yang bisa digunakan dengan tahapan sebagai berikut: 1) mengatur suasana kelompok; 2) menentukan tujuan kelompok; 3) mencari pengecualian terhadap masalah; 4) memberikan dorongan motivasi; 5) membantu anggota kelompok dengan pengembangan tugas diakhir sesi. Selain tahapan, guru bimbingan dan konseling juga direkomendasikan untuk mengamati, meniru, memodifikasi atau bahkan menggunakan teknik-teknik sebagai berikut: 1) *problem free talk*; 2) *miracle question*; 3) *exception question*; 4) *scaling question*; 5). *flagging the minefield*; 6) *the formula first session task*.

### 5.2.2 Peneliti Selanjutnya

Rekomendasi untuk peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian konseling kelompok *SFBC* untuk mengembangkan resiliensi akademik ialah sebagai berikut :

1. Penelitian dilakukan secara luring
2. Penelitian dilakukan dijenjang kelas yang lebih luas misalnya kelas 7, 8 dan 9 di Sekolah Menengah Pertama (SMP).
3. Penelitian dilaksanakan tidak hanya pada satu sekolah namun dilaksanakan lebih dari satu sekolah.
4. Penelitian dilakukan tidak hanya pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) namun dilakukan pada jenjang yang lebih tinggi misalnya pada jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) dan Perguruan Tinggi (PT).
5. Penelitian dilakukan tidak hanya dengan konseling kelompok *SFBC* namun dengan teknik dan pendekatan lainnya.