

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Dari hasil penelitian maka didapatkan beberapa kesimpulan yang akan dijabarkan sebagai berikut.

1. Penyesuaian diri siswa mayoritas berada pada kategori tinggi, hal ini ditandai oleh adanya 52 siswa dari 75 sampel penelitian berada pada rentang skor 107,93-138,75. Hal ini menunjukkan kategori penyesuaian siswa mengarah pada penyesuaian diri yang sehat atau normal (*well adjustment*).
2. Hasil wawancara dengan siswa, guru pembimbing dan guru bidang studi di sekolah menunjukkan bahwa masih terdapat siswa yang kurang dapat menyesuaikan diri khususnya dengan peraturan sekolah. Banyak faktor yang dapat menyebabkan siswa memiliki perilaku *maladjustment*, diantaranya faktor lingkungan seperti di rumah atau di sekolah.
3. Terdapat beberapa aspek penyesuaian diri siswa yang perlu dikembangkan. Diantaranya aspek terhindar dari perasaan frustrasi atau perasaan kecewa, memiliki pertimbangan dan pengarahan diri yang rasional, mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu dan aspek bersikap objektif dan realistis. Aspek penyesuaian diri yang sudah tinggi yaitu aspek mampu belajar dan aspek terhindar dari ekspresi emosi yang berlebihan menunjukkan bahwa siswa sudah memiliki tingkat kemandirian yang baik dalam kemampuan akademiknya dan sudah mampu mengelola emosinya.

4. Indikator penyesuaian diri yang perlu dikembangkan adalah indikator terhindar dari reaksi rasionalisasi, dapat mengatasi kecemasan, mengarahkan diri sesuai dengan keputusan yang diambil, dapat mengambil pelajaran dari kegagalan, memiliki keyakinan akan kemampuan diri.
5. Berdasarkan hasil penilaian konselor dan siswa selama uji rasional program, menunjukkan bahwa program bimbingan dan konseling untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa yang disusun, secara umum struktur dan komponen program sudah representatif dan materi layanan yang dikembangkan layak untuk diberikan kepada siswa pada jenjang pendidikan SMP.
6. Satuan layanan yang perlu disempurnakan yaitu: berbohong itu dilarang dan pembelajar sejati. Penyempurnaan terhadap materi layanan bertujuan agar isi layanan sesuai dengan tujuan atau hasil yang diharapkan dari pelaksanaan program.

B. Rekomendasi

Berdasarkan temuan penelitian dan pembahasan mengenai penyesuaian diri siswa, berikut ini dikemukakan beberapa rekomendasi kepada:

1. Guru Pembimbing

Kepada guru pembimbing, peneliti memberikan beberapa rekomendasi sebagai bahan pertimbangan untuk pengembangan program layanan bimbingan dan konseling yang selama ini diberikan. Rekomendasi tersebut antara lain:

- a. Mengingat penyesuaian diri yang dimiliki siswa sudah baik, maka guru pembimbing dapat memberi layanan bimbingan dan konseling yang dapat

mempertahankan dan meningkatkan penyesuaian diri siswa. Apalagi pada masa SMP merupakan masa yang potensial untuk mengembangkan penyesuaian diri ke arah penyesuaian diri yang sehat. Pada akhirnya siswa dapat menyesuaikan diri baik dengan dirinya sendiri, orang lain atau lingkungannya.

- b. Guru pembimbing sebaiknya melakukan penilaian (*assessment*) terhadap program yang telah dilaksanakan, sehingga dapat diketahui aspek-aspek apa yang harus diperbaiki dan sejauh mana efektivitas program yang telah dilaksanakan.
- c. Guru pembimbing mampu memotivasi siswa agar lebih percaya diri dan yakin dengan kemampuan dirinya sehingga siswa mampu menyesuaikan diri dengan keadaan sekitar dan dapat bertindak sesuai dengan norma yang ada bila kebutuhan-kebutuhannya tidak terpenuhi. Hal ini dapat dilakukan dengan memberi layanan bimbingan dan konseling kepada siswa, baik dalam bentuk bimbingan klasikal maupun layanan bimbingan dan konseling individual atau kelompok yang ditujukan kepada siswa yang memiliki penyesuaian diri yang rendah. Sehingga betul-betul mendukung upaya pengembangan penyesuaian diri siswa ke arah penyesuaian diri yang sehat.
- d. Dalam pelaksanaan program, guru pembimbing tidak hanya menggunakan teknik bimbingan klasikal atau bimbingan kelompok yang dilakukan di dalam kelas, akan tetapi setting kegiatan dalam bentuk dinamika kelompok yang dapat dimodifikasi dengan kegiatan di luar kelas (*out door*).

2. Siswa

Kepada siswa, peneliti memberikan beberapa rekomendasi sebagai berikut:

- a. Siswa yang memiliki penyesuaian diri tinggi dapat mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling untuk mengembangkan penyesuaian diri dengan baik, sehingga mampu mempertahankan bahkan meningkatkan penyesuaian dirinya.
- b. Siswa yang memiliki penyesuaian diri rendah, mampu melibatkan diri dalam kegiatan bimbingan dengan baik dan memahami setiap tahap kegiatan bimbingan yang di dilaksanakan sehingga siswa mampu menerapkannya untuk meningkatkan penyesuaian dirinya.
- c. Siswa memahami dan dapat mempraktekkan materi layanan yang diberikan sehingga benar-benar dapat meningkatkan penyesuaian diri ke arah penyesuaian diri yang sehat atau normal.
- d. Profil penyesuaian diri yang tertuang sebagai hasil dari penelitian ini dapat dijadikan siswa sebagai motivasi untuk melakukan perubahan dalam diri khususnya penyesuaian diri siswa, sehingga siswa mampu mencapai kesuksesan dalam beradaptasi baik terhadap dirinya, orang lain atau lingkungannya.

3. Sekolah

Kepada pihak sekolah, peneliti mengajukan beberapa rekomendasi yang dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan serta rujukan dalam menentukan kebijakan sekolah, yaitu:

- a. Mengembangkan kerjasama yang lebih baik dengan guru pembimbing dengan cara mendukung implementasi program bimbingan dan konseling untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa agar berjalan dengan baik.
- b. Mengembangkan kerjasama yang lebih baik dengan orang tua siswa. Misalnya dengan saling memberikan informasi mengenai keadaan siswa di sekolah baik dari kebiasaan belajar maupun perilaku-perilaku yang tidak lazim yang terdeteksi dalam diri siswa. Hal ini dimaksudkan agar orang tua siswa turut memberikan motivasi dan dukungan positif agar siswa memiliki penyesuaian diri yang sehat, karena keluarga sangat mempengaruhi pembentukan penyesuaian diri siswa.

4. Orang Tua

Orang tua memiliki peranan yang sangat penting dalam perkembangan penyesuaian diri siswa, apakah ke arah *well adjustment* atau *maladjustment*. Oleh karena itu alangkah lebih baik jika orang tua sebagai faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan penyesuaian diri siswa memiliki kesadaran dan pemahaman yang baik agar mendukung penyesuaian diri siswa ke arah penyesuaian diri yang sehat. Upaya yang dapat dilakukan oleh orang tua diantaranya, yaitu:

- a. Dengan memberikan motivasi, perhatian dan menciptakan iklim kehidupan keluarga yang harmonis, Jika anak mempunyai hubungan sosial yang memuaskan dengan anggota keluarga, mereka dapat menikmati sepenuhnya hubungan sosial dengan orang-orang di luar rumah, mengembangkan sikap

sehat terhadap orang lain, dan belajar berfungsi dengan sukses di dalam kelompok teman sebaya

- b. Orang tua hendaknya lebih memperhatikan kebutuhan-kebutuhan anak bukan saja dari segi materi, tetapi yang lebih penting adalah kebutuhan-kebutuhan secara psikologis, misalnya menanyakan keadaan di sekolah, menanyakan hasil ulangan, dan membimbing dalam belajar karena pada umumnya orang tua kurang memperhatikan masalah-masalah tersebut.

5. Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya, peneliti mengajukan beberapa rekomendasi diantaranya yaitu:

- a. Program bimbingan dan konseling untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa ini, hendaknya dibuat lebih sistematis dalam jangka waktu yang lebih lama, misalnya dalam waktu satu semester sehingga perkembangan penyesuaian diri siswa dapat benar-benar terlihat apakah ada peningkatan atau justru sebaliknya sehingga dapat diketahui keefektifan program yang dilaksanakan.
- b. Seyogyanya lebih memperhatikan kualitas program dan melakukan penyempurnaan program yang sudah ada sehingga program lebih tepat sasaran.
- c. Sebaiknya lebih memperhatikan kualitas instrumen sebagai alat ukur, sehingga betul-betul dapat memberikan informasi dan temuan yang akurat untuk selanjutnya dikembangkan menjadi program yang lebih tepat sasaran.

