

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Bab ini menguraikan kesimpulan dan rekomendasi dari hasil penelitian mengenai bimbingan kelompok menggunakan intervensi psikologis positif untuk meningkatkan rasa syukur peserta didik SMK Negeri 1 Ciamis tahun ajaran 2022/2023.

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis temuan dan pembahasan penelitian yang telah dijelaskan, maka dapat disimpulkan hasil penelitian menunjukkan peserta didik kelas XI SMK Negeri 1 Ciamis memiliki kecenderungan rasa syukur sedang yang ditandai dengan adanya kemampuan dalam mengapresiasi kontribusi orang lain, Tuhan atau kehidupan atas kesejahteraan diri tetapi kurang menyadari kesenangan sederhana yang dirasakan, merasa hidup mendapat anugerah dan kebaikan sehingga merasa puas dengan kehidupan yang dijalani tetapi kurang memiliki keinginan untuk melakukan kebaikan terhadap orang lain, serta dapat melakukan tindakan positif tetapi belum terbiasa mengungkapkan rasa terimakasih atas manfaat yang diterimanya dari orang lain, Tuhan atau kehidupan.

Layanan bimbingan kelompok menggunakan intervensi psikologis positif layak diterapkan untuk membantu meningkatkan rasa syukur peserta didik SMK Negeri 1 Ciamis tahun ajaran 2022/2023 terutama bagi peserta didik yang berada pada kategori rendah dan sedang, serta dapat diterapkan bagi peserta didik yang berada pada kategori tinggi untuk membantu mempertahankan rasa syukurnya. Layanan bimbingan kelompok menggunakan intervensi psikologis positif terbukti memberikan peningkatan pada skor rasa syukur peserta didik. Peningkatan skor yang paling tinggi terjadi pada aspek perasaan positif, sedangkan peningkatan skor yang paling rendah terjadi pada aspek ekspresi rasa syukur. Adanya peningkatan skor artinya layanan efektif untuk meningkatkan rasa syukur pada setiap aspek baik pada dimensi syukur personal ataupun dimensi syukur transpersonal.

## 5.1 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan, maka dibuat rekomendasi penelitian sebagai berikut

### 5.1.1 Praktisi Bimbingan dan Konseling

Layanan bimbingan kelompok menggunakan intervensi psikologis positif untuk meningkatkan rasa syukur memberikan efek yang lebih besar ketika diterapkan pada peserta didik yang berada pada kategori rendah dan sedang. Layanan dapat juga digunakan untuk membantu peserta didik yang berada pada kategori tinggi untuk senantiasa mempertahankan rasa syukur. Guru bimbingan dan konseling dapat menambah series dan estimasi waktu layanan yang digunakan agar peningkatan rasa syukur peserta didik lebih nampak menjadi karakter karena pembiasaan. Guru bimbingan dan konseling juga dapat mengembangkan layanan bimbingan kelompok menjadi berbasis digital terutama untuk pengerjaan lembar kerja agar mempermudah pengisian dan pemeriksaan hasilnya.

### 5.1.2 Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat mengeksplorasi penggunaan teknik latihan lain sebagai pembanding terutama untuk meningkatkan aspek ekspresi rasa syukur yang terbukti mengalami peningkatan paling rendah pada hasil penelitian, melakukan uji efektivitas layanan dengan karakteristik responden yang berbeda, serta dapat mengembangkan instrumen skala rasa syukur kepada ketuhanan yang maha esa agar dapat diterapkan pada responden yang tidak beragama Islam.