

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Pada bab lima dijelaskan mengenai kesimpulan dan rekomendasi. Kesimpulan merupakan kombinasi dari temuan empiris dan kajian pustaka. Sementara rekomendasi difokuskan pada upaya untuk mensosialisasikan dan mengaplikasikan hasil penelitian serta pengembangan keilmuan dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan.

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, teknik membaca buku memiliki skor rata-rata yang lebih tinggi dalam meningkatkan ketiga aspek resiliensi diikuti dengan teknik menonton film dan mendengarkan cerita. Aspek resiliensi yang memiliki rata-rata tertinggi adalah aspek aspek *I can* dengan indikator kemampuan berkomunikasi secara interpersonal maupun intrapersonal, kemampuan *problem solving*, kemampuan mengelola perasaan dan rangsangan, kemampuan mengetahui emosi diri dan orang lain, kemampuan untuk menjalin hubungan yang dapat dipercaya, diikuti oleh aspek *I am* dengan indikator perasaan dicintai, mencintai, altruis, memiliki kebanggaan pada diri sendiri, memiliki harapan dan tanggung jawab, memiliki kepercayaan, harapan dan keyakinan kepada Tuhan, dan yang terakhir adalah aspek *I have* dengan indikator memiliki hubungan yang terpercaya, memiliki *role model*, memiliki struktur dan aturan di panti asuhan, memiliki dorongan untuk menjadi individu yang mandiri, serta mengetahui akses terhadap kesehatan, pendidikan, dan kesejahteraan.

B. Rekomendasi

Berdasarkan pembahasan hasil dan kesimpulan penelitian, rekomendasi utama dari penelitian ini adalah mengenai *bibliocounseling* untuk meningkatkan resiliensi remaja. Rekomendasi ditujukan kepada berbagai pihak terkait, khususnya bagi pimpinan lembaga-lembaga sosial seperti Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA), lembaga pendidikan/sekolah, konselor sekolah/guru bimbingan

dan konseling, civitas akademika di program studi bimbingan dan konseling serta peneliti selanjutnya.

1. Lembaga Sosial (PSAA)

Lembaga sosial seperti Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA) Wisma Putra merupakan lembaga yang diberikan amanah oleh pemerintah yang terjun langsung dalam menangani, mendidik, dan membimbing anak dan remaja yang kurang beruntung. Selain menyediakan kebutuhan dasar bagi siswa seperti kebutuhan dasar sandang, pangan dan papan, PSAA diharapkan mampu memfasilitasi perkembangan positif remaja dalam berbagai aspek. Mengingat remaja PSAA Wisma Putra adalah remaja dengan latar belakang adversitas (kemiskinan, ditinggalkan orang tua, ditelantarkan), maka PSAA hendaknya menyediakan sebuah bantuan dalam menyembuhkan aspek psikologis yang diakibatkan oleh adversitas dan memelihara perkembangan kesehatan psikologis para siswa. Salah satunya adalah dengan menyediakan intervensi psikologis yang berkelanjutan. *Bibliocounseling* merupakan sebuah intervensi yang cukup efisien dan mudah dilaksanakan. Kemudahan tersebut dilihat dari material intervensi dan tidak adanya persyaratan khusus bagi pelaksana intervensi sehingga pelaksanaannya tidak memerlukan ahli tertentu dan bisa dilaksanakan oleh pengurus panti.

2. Konselor atau Guru Bimbingan dan Konseling

Remaja PSAA Wisma Putra adalah siswa siswi di sekolah formal, mereka menghabiskan sebagian besar waktunya dengan berbagai kegiatan akademik di sekolah. Oleh karena itu, konselor atau Guru bimbingan dan konseling adalah salah satu pihak yang bertanggung jawab dalam membantu perkembangan remaja PSAA. Konselor sekolah atau Guru bimbingan dan konseling memiliki tanggungjawab etis untuk memfasilitasi perkembangan pribadi, sosial dan akademik seluruh siswa di sekolah tersebut sampai level tertinggi. Resiliensi merupakan kemampuan yang dapat meningkatkan kemampuan siswa untuk menghadapi berbagai tantangan dan tekanan serta menghindarkan siswa dari kemungkinan untuk mengalami gangguan emosional ataupun keterlibatan dalam perilaku bermasalah.

Penelitian ini menghasilkan program intervensi *bibliocounseling* untuk meningkatkan resiliensi remaja berikut pedoman pelaksanaan dan satuan layanannya. Program intervensi tersebut dapat direkomendasikan bagi konselor sekolah atau Guru bimbingan dan konseling agar dapat diintegrasikan kedalam komponen-komponen model bimbingan dan konseling komprehensif, sehingga intervensi dapat disampaikan dalam bentuk layanan dasar, layanan responsif, perencanaan individual serta dukungan sistem.

3. Civitas Akademika Bimbingan dan Konseling

Para civitas akademika bimbingan dan konseling hendaknya membekali diri dengan kemampuan teoritis dan praktis. Keterampilan konseling merupakan salah satu keterampilan yang memadukan penguasaan teoritis dan keterampilan praktis yang sangat penting untuk dikuasai mengingat layanan konseling merupakan salah satu inti dari layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Kajian resiliensi merupakan salah satu kajian penting yang harus difahami oleh konselor atau guru bimbingan dan konseling mengingat resiliensi adalah salah satu konsep psikologi positif yang dapat membantu siswa mencapai perkembangan optimal. Hal ini sesuai dengan tugas pokok guru bimbingan dan konseling atau konselor yakni memfasilitasi perkembangan peserta didik yang optimal dalam rangka mencapai tugas-tugas perkembangannya.

4. Peneliti selanjutnya

Selama pelaksanaan penelitian di PSAA Wisma Putra, peneliti menemukan masih terdapat beberapa siswa yang menunjukkan reaksi yang berlebihan yang menunjukkan masih adanya trauma psikologis terhadap adversitas yang pernah dialaminya. Oleh karena itu peneliti sangat merekomendasikan bagi peneliti selanjutnya untuk memberikan intervensi yang lebih spesifik dan mendalam. Salah satunya dengan *design* single subjek dengan intervensi konseling kognitif dengan aspek intervensi yang lebih spesifik.