

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, diperoleh kesimpulan sebagai berikut. Secara umum gambaran aktualisasi diri pada ana asuh di panti yatim Manarul Ulum Ciamis adalah berada pada kategori sedang. Hal ini menjelaskan bahwa aktualisasi diri pada anak asuh sudah cukup baik namun masih perlu ditingkatkan agar anak asuh dapat agar anak asuh bisa berkembang dengan seluruh potensi yang dimiliki anak asuh.. Dengan demikian aktualisasi diri ini perlu mendapatkan perhatian khusus dari pengasuh di Panti Asuhan juga dapat menjadi perhatian bagi konselor komunitas maupun konselor sekolah atau guru BK yang memiliki siswa dengan latar belakang keluarga tidak utuh atau tinggal di Panti Asuhan karena jika anak asuh tidak aktualisasi diri, mereka kemungkinan mengalami kesakitan dan gangguan yang dapat mempengaruhi tingkah laku anak asuh pada kondisi tertentu.

Dari hasil intervensi yang telah diberikan dapat disimpulkan bahwa konseling *Solution Focus Brief Therapy* efektif dalam meningkatkan aktualisasi diri pada anak asuh. Efektifitas ini dilihat dari beberapa hal diantaranya dengan adanya peningkatan pada (*trend*) skor tingkat aktualisasi diri berdasarkan analisis grafik pada fase *baseline* (A1), fase intervensi dan fase *baseline* (A2). Selain itu berdasarkan hasil uji *Percentage Non-Overlapping Data* (PND) menunjukkan konseling *Solution Focus Brief Therapy* efektif dalam meningkatkan skor aktualisasi diri pada konseli IM dan RRY. Hal ini mengindikasikan bahwa konseling *Solution Focus Brief Therapy* berhasil dalam meningkatkan aktualisasi diri. Selain itu digunakan juga perhitungan RCI (*Reliability Change Index*) untuk menentukan tingkat perubahan yang dialami oleh konseli dan menunjukkan hasil bahwa adanya perubahan signifikan pada konseli RRY dan cukup signifikan pada konseli IM. Selain itu pemberian intervensi

konseling *solution focus brief therapy* menunjukkan terdapat perubahan yang signifikan dilihat berdasarkan hasil evaluasi perubahan konseli sebelum dan sesudah. Diceritakan dengan konseli sudah mampu untuk menyadari kelebihan dirinya sehingga meningkatkan keyakinan dirinya ataskemampuan yang dimiliki, konseli mampu mengendalikan emosi marahnya dengan merubah pikiran negatif menjadi pikiran yang lebih positif dan memikirkan dampak baik dan buruk sebelum melakukan sesuatu, konseli juga lebih mampu menenangkan dirinya dan berpikir jernih sehingga mudah untuk mengontrol emosinya. Konseli lebih percaya diri dan menyadari bahwa dirinya berharga, dirinya juga sudah mulai dapat lebih terbuka dari sebelumnya.

Hal tersebut mengindikasikan bahwa ada peningkatan pada tingkat aktualisasi diri konseli setelah melakukan konseling dengan *Solution Focus Brief Therapy*. Temuan ini menunjukkan bahwa secara umum konseling *Solution Focus Brief Therapy* efektif berdasarkan data dari hasil perhitungan setelah dilakukan intervensi untuk meningkatkan aktualisasi diri pada anak asuh.

B. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, berikut hal-hal yang menjadi rekomendasi:

1. Bagi Konselor

Hasil penelitian menunjukkan konseling *Solution Focus Brief Therapy* efektif dalam desain *Single-Subject Research* untuk meningkatkan aktualisasi diri anak asuh. Harapannya, konselor komunitas maupun konselor sekolah dapat menerapkan upaya kuratif maupun preventif. Upaya kuratif yang dapat dilakukan salah satunya dapat memberikan konseling dengan pendekatan konseling *Solution Focus Brief Therapy* efektif. Adapun upaya preventif dapat dilakukan dengan menyusun program layanan Bimbingan dan Konseling yang

terfokus untuk meningkatkan aktualisasi diri pada anak asuh maupun siswa di sekolah.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas desain penelitian, tidak hanya subjek tunggal namun juga desain kelompok. Selain itu diharapkan memperluas *setting* atau tempat penelitian tentang aktualisasi diri tidak hanya di Panti Asuhan dapat juga memperluas pada *setting* yang lain seperti pada siswa di sekolah ataupun pada mahasiswa di perguruan tinggi dan *setting* lainnya. Selain itu untuk penelitian selanjutnya dapat menguji keefektifan konseling *Solution Focus Brief Therapy* dengan memperbanyak subjek penelitian agar didapatkan hasil yang lebih bervariasi.

