

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, pengolahan data profil penyesuaian diri siswa SMPN 3 Sukaratu Kabupaten Tasikmalaya sebagai berikut:

1. Gambaran umum mengenai Penyesuaian diri siswa SMPN 3 Sukaratu Kabupaten Tasikmalaya sebanyak 185 siswa, diperoleh gambaran umum penyesuaian diri sebanyak 75 orang siswa dengan presentasi (40%) berada pada kategori Rendah, hal ini berarti siswa mampu memahami, menampilkan, dan melakukan rasa bahagia secara wajar, mengungkapkan rasa sedih secara wajar, mengendalikan perasaan marah, menghindari dari masalah, jujur terhadap setiap permasalahan yang dihadapi. Kemudian sebanyak 110 orang siswa dengan presentasi (60%) berada pada kategori tinggi artinya siswa sangat mampu memahami, menampilkan, dan melakukan rasa bahagia secara wajar, mengungkapkan rasa sedih secara wajar, mengendalikan perasaan marah, menghindari dari masalah..
2. Gambaran penyesuaian diri berdasarkan jenis kelamin dengan hasil Sig $0,04 < 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan antara penyesuaian diri pada siswa laki-laki dan perempuan pada siswa SMPN 3 Sukaratu Kota Tasikmalaya.
3. Berdasarkan hasil penelitian yang menggambarkan tingkat penyesuaian diri siswa SMPN 3 Sukaratu hasil data menunjukkan sekitar 40% siswa dari populasi berada pada kondisi tingkat penyesuaian diri yang rendah, Berdasarkan hal tersebut peneliti merekomendasikan layanan bimbingan konseling dengan memberikan rencana layanan bimbingan kelompok dengan teknik teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian terungkap gambaran penyesuaian diri pada siswa SMPN 3 Sukaratu Kabupaten Tasikmalaya. Terdapat 40% siswa berada pada kategori penyesuaian diri yang rendah, sehingga dibutuhkannya intervensi yang efektif dalam

meningkatkan penyesuaian diri siswa. Maka disarankan kepada pihak sekolah yang khususnya guru bimbingan konseling dan peneliti selanjutnya sebagai berikut :

1. Kepada pihak sekolah agar membantu menyusun program atau kegiatan yang dapat mempermudah mengembangkan meningkatkan penyesuaian diri di lingkungan sekolah sehingga siswa mampu berbaur dan akrab dengan lingkungannya dan tentunya belajar lebih optimal.
2. Kepada guru BK disarankan untuk membuat program layanan bimbingan kelompok, konseling kelompok maupun individu dalam meningkatkan penyesuaian diri pada siswa terutama yang memiliki penyesuaian diri rendah. Karena jika siswa memiliki penyesuaian diri yang baik, siswa akan merasa lebih nyaman ketika belajar dan terhindar dari perilaku yang melanggar norma sekolah akibat tidak nyaman disekolah.
3. Kepada peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji lebih dalam terkait dengan faktor yang lebih berpengaruh terhadap penyesuaian diri pada remaja/siswa di sekolah.

