

BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, diperoleh kesimpulan sebagai berikut. Secara umum profil resiliensi pada anak asuh di Yayasan Panti Asuhan Syariatul Huda Kota Tasikmalaya adalah berada pada kategori tinggi. Hal ini menjelaskan bahwa resiliensi pada anak asuh sudah baik namun masih perlu ditingkatkan bagi anak asuh yang masih dalam kategori sedang dan rendah agar anak asuh dapat lebih adaptif dalam mengatasi berbagai rintangan dan masalah dalam kehidupannya. Dengan demikian resiliensi 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 resiliensi anak asuh kurang, mereka akan mengalami kesulitan untuk menghadapi permasalahan yang muncul di masa depan. Selain itu jika dibiarkan kemungkinan anak asuh untuk mengalami gangguan emosi dan depresi akan lebih meningkat.

Dari hasil intervensi yang telah diberikan dapat disimpulkan bahwa konseling *ego state therapy* efektif dalam meningkatkan resiliensi pada anak asuh. Efektifitas ini dilihat dari beberapa hal diantaranya dengan adanya peningkatan pada (*trend*) skor tingkat resiliensi 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 *ego state therapy* efektif dalam meningkatkan skor resiliensi konseli IAR dan MTH. Hal ini mengindikasikan bahwa konseling *ego state therapy* berhasil dalam meningkatkan resiliensi. Selain itu digunakan juga perhitungan RCI (*Reliability Change Index*) untuk menentukan seberapa terpercaya perubahan yang dialami oleh konseli menunjukkan hasil bahwa adanya perubahan signifikan pada konseli IAR dan cukup signifikan pada konseli MTH. Selain berdasarkan hasil evaluasi perubahan konseli sebelum dan sesudah diberikan konseling *ego state*

therapy menunjukkan adanya perubahan yang signifikan. Diceritakan dengan konseli sudah mampu untuk menyadari kelebihan dirinya sehingga meningkatkan keyakinan dirinya atas kemampuan 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 resiliensi konseli setelah melakukan konseling dengan pendekatan *ego state therapy*. Temuan ini menunjukkan bahwa secara umum konseling *ego state therapy* efektif dalam meningkatkan resiliensi pada anak asuh.

B. Rekomendasi

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

1. Bagi Konselor

Hasil penelitian menunjukkan konseling *ego state therapy* efektif dalam meningkatkan resiliensi anak asuh. Dengan demikian, konselor komunitas/ guru BK dapat menerapkan upaya kuratif maupun preventif. Upaya kuratif yang dapat dilakukan dengan memberikan konseling *ego state therapy*. Adapun upaya preventif dapat dilakukan dengan menyusun program layanan Bimbingan dan Konseling yang terfokus untuk meningkatkan resiliensi pada anak asuh maupun siswa di sekolah.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas *setting* atau tempat penelitian tentang resiliensi 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 *ego state therapy* dengan memperbanyak subjek penelitian agar didapatkan hasil yang lebih bervariasi