

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kontrol diri siswa SMK Nurussalam kelas 12 secara umum berada pada kategori sedang baik itu aspek kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan mengontrol kepuasan. Artinya siswa mampu mengendalikan perilaku yang ditampilkan di masyarakat, mampu mempertimbangkan manfaat dan madarat dari peristiwa, serta mampu bertanggung jawab atas perilakunya. Aspek kontrol kognitif lebih besar daripada aspek aspek kontrol perilaku dan kontrol kepuasan karena saat ini siswa dituntut untuk berfikir sebelum bertindak. Selain karena dampak pandemi juga dampak kecanggihan teknologi dan maraknya media sosial diantaranya instagram.
2. Narsistik siswa SMK Nurussalam kelas 12 secara umum berada pada kategori sedang baik itu aspek wewenang, kecukupan diri, keunggulan, pemeran, eksploitasi, kesombongan, dan hak. Artinya siswa masih bisa meminimalisir penggunaan media elektronik, tidak mudah ikut-ikutan trend di instagram, tidak mudah marah, serta memiliki sikap peduli yang baik terhadap orang lain. Aspek eksploitasi lebih tinggi kemudian disusul kecukupan diri, wewenang, kesombongan, keunggulan, pemeran, dan hak. Karena saat ini siswa jarang bertemu dengan teman akibat pembelajaran daring menyebabkan mereka tidak terlalu dekat dengan temannya dan kurang peduli dengan orang lain serta kurang mampu memahami kebutuhan temannya. Serta siswa hanya mampu memahami dirinya dan hanya ingin diperlakukan baik oleh orang lain.
3. Korelasi antara kontrol diri dengan narsistik pada siswa SMK Nurussalam kelas 12 cenderung bersifat negatif. Artinya, semakin tinggi kontrol diri

maka narsistik akan rendah. Adapun kontribusi kontrol diri terhadap narsistik siswa sebesar 1,69% dan sisanya berdasarkan faktor lain.

4. Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kontrol diri adalah konseling individual dengan teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) yang dapat dilakukan dengan beberapa kali sesi dalam pelaksanaannya.

B. Rekomendasi

Rekomendasi yang perlu dari hasil penelitian ini yakni, sebagai berikut:

1. Bagi Guru BK
 - a) Berdasarkan hasil penelitian tingkat kontrol diri berada pada kategori cukup atau sedang, sehingga diperlukan adanya *reconnect* (penyambungan kembali), diharapkan guru BK atau dapat memberikan layanan bimbingan dengan strategi yang telah disusun dalam kerangka bimbingan untuk pengembangan pengendalian diri.
 - b) Guru BK atau konselor diharapkan dapat mempromosikan mengenai pentingnya pengendalian diri serta memberikan pemahaman mengenai pengelolaan emosi yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa karena berdasarkan hasil penelitian, tingkatan kontrol diri siswa masih berada pada tingkatan sedang, sehingga masih terdapat peluang untuk berkembang lebih optimal agar pengendalian diri siswa lebih optimal. Hal yang diperlukan kolaborasi untuk menciptakan iklim pembelajaran yang kondusif dalam mengembangkan pengendalian diri.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya
 - a) Diharapkan dapat melakukan peningkatan kontrol diri dengan melakukan layanan bimbingan kelompok
 - b) Dapat mencari variabel lain yang dapat menurunkan perilaku narsistik