

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Terdapat perbedaan kemampuan resiliensi pada masing-masing subyek yang dipengaruhi oleh pengalaman pribadi masing-masing subyek serta seberapa besar dukungan yang diperoleh subyek dalam membantu kemampuan resiliensinya. Kemampuan resiliensi subyek secara umum, dapat disimpulkan dari tujuh aspek resiliensi yang ada yakni: regulasi emosi, optimisme, *self-efficacy*, kausal analisis, pengendalian *impuls*, empati, dan *reaching out*. Perbedaan kualitas dari tujuh aspek resiliensi tersebut dapat dilihat sebagai berikut:

1. Aspek regulasi emosi, ABS cenderung memilih untuk diam, memendam perasaannya, serta fokus pada emosi sedih dan perasaan malunya. Sedangkan subyek DBS menyalurkan emosinya dengan jalan-jalan keluar dan tetap fokus pada permasalahan (masa depannya);
2. Aspek *control impuls*, ABS mampu mengembangkan kemampuan ini dengan lebih baik. Hal ini berbanding terbalik dengan kemampuan *regulasi emosinya*. ABS maupun DBS mampu mengembangkan kemampuan ini dengan lebih baik sehingga tidak melakukan protes akan kekecewaannya. Hal ini karena juga dipengaruhi oleh kemampuan regulasi emosi DBS yang berkembang lebih baik sebagaimana yang telah dipaparkan diatas;

3. Aspek optimisme subyek akan dilihat dari dua aspek, yaitu pengembangan karir dan pendidikan. Subyek ABS cukup mampu mengembangkan kemampuan optimisme dengan baik. Dalam hal ini, ia lebih memilih untuk bekerja sesuai dengan hobby-nya. Sementara itu, subyek DBS memiliki perencanaan yang cukup matang terhadap pengembangan karir dan pendidikannya;
4. Aspek *self-efficacy*, subyek ABS dan DBS mampu mengembangkan kemampuan ini dengan lebih baik. Kedua subyek percaya bahwa mereka dapat meraih masa depannya dengan kerja keras (bersungguh-sungguh) dan berdoa. Kemampuan dan kepercayaan diri ini tidak terlepas dari rasa optimis yang mereka miliki;
5. Aspek kausal analisis, subyek ABS cenderung terjebak pada salah satu gaya berpikir *explanatory* “saya-selalu-semua” bahwa kegagalannya disebabkan oleh dirinya dan berpengaruh pada sebagian besar kehidupannya. Sedangkan untuk DBS, dia cenderung terjebak pada salah satu gaya berpikir *explanatory* “bukan saya-tidak selalu-tidak semua” bahwa kegagalannya disebabkan oleh faktor diluar dirinya dan tidak mempengaruhi semua aspek kehidupannya;
6. Aspek empati, subyek ABS dan DBS dapat mengembangkan kemampuan ini dengan lebih baik. ABS dan DBS merasakan kegagalannya membawa dampak yang cukup besar bagi keluarganya, terutama pada psikologis

ibunya. Kedua subyek juga memberikan motivasi pada temannya yang gagal UN;

7. Aspek *reaching out*, subyek ABS dan DBS dapat mengembangkan kemampuan ini dengan lebih baik. ABS belajar lebih menghargai orang lain dan menahan emosinya serta sudah mendapatkan pekerjaan sesuai keinginannya. DBS menganggap kegagalan membuat mentalitasnya semakin kuat dan dari segi akademik ia juga dapat melanjutkan studinya di perguruan tinggi dan ia berencana untuk transver ke S-1 setelah program D3 nya selesai , dan
8. Faktor protektif internal yang dimiliki subyek berupa rasa optimis, regulasi emosi, mau belajar dari pengalaman dan harga diri yang dimiliki, dan juga faktor dari luar, yang berupa dukungan dari keluarga, teman, dan juga guru serta adanya program paket C.

B. Saran

1. Saran Metodologis

Disarankan untuk penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan jumlah subyek lebih dari dua, sehingga aspek resiliensi dapat terukur dengan baik dan dapat memberikan informasi yang lebih kaya. Penelitian selanjutnya juga dapat dilakukan dari segi gender, agar dapat diketahui apakah jenis kelamin mempengaruhi kemampuan resiliensi siswa.

Penelitian lain juga diharapkan untuk menggunakan teori yang lain mengenai resiliensi. Hal ini memungkinkan adanya kajian yang lebih mendalam mengenai resiliensi.

Disarankan pula untuk meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi resiliensi yang belum diungkap dalam penelitian ini agar memperoleh gambaran resiliensi yang lebih lengkap. Dengan begitu hasil yang diperoleh dapat digunakan sebagai data untuk mengembangkan kapasitas individu dan oleh berbagai pihak yang berkepentingan membantu individu untuk mengantisipasi dan mengatasi berbagai permasalahan yang mereka hadapi.

2. Saran Praktis

Bagi keluarga dan sekolah, peneliti menyarankan agar para orangtua dan guru membina hubungan yang baik dan memberikan motivasi pada siswa yang gagal Ujian Nasional karena mereka merupakan faktor penting dalam mengembangkan kemampuan resiliensi siswa.