

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pengukuran mengenai efektivitas konseling realitas dengan teknik WDEP untuk meningkatkan penyesuaian diri lansia dengan indikasi cenderung mengurung diri, menutup diri, dan memiliki pola pikir yang negatif sehingga cenderung memandang dirinya negatif di UPTD Dinas Sosial Provinsi Banten, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan dan peningkatan penyesuaian diri pada lansia setelah mengikuti layanan konseling realitas dengan teknik WDEP. Hal ini menunjukkan bahwa konseling realitas dengan teknik WDEP efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri lansia. Pada hasil analisis data dalam kondisi dan antar kondisi, terlihat bahwa skor yang diperoleh oleh sampel pada setiap pengukuran setelah diberikannya *treatment* mengalami peningkatan. Hal ini dapat dilihat melalui perbedaan tingkat dalam penyesuaian diri yang diukur dengan kuesioner skala penyesuaian diri pada fase *baseline* dan fase intervensi.

Pada fase *baseline*, dilakukan selama tiga kali pengukuran dalam waktu berbeda, dan skor total yang diperoleh oleh responden adalah 194 dengan rata-rata 64,67, yang menunjukkan kategori rendah dengan interval kurang dari 72 dan menunjukkan tren datar (=). Sedangkan fase intervensi dilakukan sebanyak empat kali pengukuran dengan kurun waktu yang disepakati antara peneliti dengan responden, skor total yang diperoleh oleh responden adalah 424 dengan rata-rata 106 yang menunjukkan pada kategorisasi tinggi dengan interval berada di antara 104-134, hal tersebut menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan (+). Perubahan level antara fase *baseline* dan intervensi (+59) poin.

Presentase overlap antara fase *baseline* dengan fase intervensi 0%. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin kecil hasil presentasi maka semakin kuat pengaruh intervensi yang diberikan. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa

terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat penyesuaian diri pada lansia sebelum dan sesudah diberikannya layanan konseling realitas dengan teknik WDEP.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah disampaikan, peneliti ingin memberikan beberapa saran, yang meliputi:

1. Kepada Lembaga UPTD Perlindungan Sosial Dinas Sosial Provinsi Banten

Lembaga UPTD Perlindungan Sosial Dinas Sosial Provinsi Banten dapat lebih meningkatkan pemberian layanan bimbingan ataupun penyuluhan secara individual dan bukan hanya penyuluhan kepada keseluruhan, karena tidak semua lansia yang berada di UPTD setempat dapat mengikuti kegiatan penyuluhan secara keseluruhan secara bersamaan, hal tersebut dibuktikan bahwa masih terdapat lansia yang belum bisa menyesuaikan diri dengan baik dengan lingkungan sekitar dan beberapa permasalahan lainnya. Layanan konseling realitas dengan teknik WDEP juga dapat menjadi pertimbangan bagi konselor maupun psikolog yang berada di lembaga setempat dikarenakan hasil dari penelitian menunjukkan bahwa adanya perubahan peningkatan penyesuaian diri pada lansia sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling realitas dengan teknik WDEP.

2. Kepada Lansia

Diharapkan kepada lansia agar mengetahui dan di perkuat kembali keinginan dalam menerima kondisi dan menyesuaikan diri di lingkungan setempat sehingga dapat menjalani kehidupan yang sesuai dengan realita yang ada. Peneliti juga berharap agar lansia dapat terus melakukan teknik WDEP ini secara sederhana dalam kesehariannya terutama bagi lansia yang mengalami penyesuaian diri yang kurang baik.

3. Kepada Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menerapkan berbagai teknik dan pendekatan yang lainnya yang lebih efektif dalam menyelesaikan permasalahan yang ada. Peneliti berharap kedepannya akan ada penelitian yang lebih fokus lagi terkait penyesuaian diri ataupun terkait konseling realitas dan teknik WDEP dengan latar belakang permasalahan yang berbeda. Penelitian lebih lanjut dapat dilakukan

untuk mengevaluasi efektifitas teknik WDEP dalam konteks layanan konseling. Penelitian lanjutan ini dapat membantu memahami lebih dalam dampak teknik ini pada berbagai populasi.