

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti tentang “Konseling Individual dengan Teknik *Strength Bombardment* dalam Meningkatkan Efikasi Diri Wanita Karir Studi Karyawan Wanita di PT. Krakatau Daya Listrik Kota Cilegon-Banten”, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Efikasi diri wanita karir dipengaruhi oleh beberapa aspek yang meliputi *Magnitude* (tingkat kesulitan tugas) dan *Strength* (kekuatan keyakinan). *Magnitude* adalah masalah yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas individu. Komponen ini berimplikasi pada pemilihan perilaku yang akan dicoba individu berdasarkan ekspektasi efikasi pada tingkat kesulitan tugas. Sedangkan *Strength* adalah aspek yang berkaitan dengan kekuatan keyakinan individu atas kemampuannya. Pengharapan yang kuat dan mantap pada individu akan mendorong untuk gigih dalam berupaya mencapai tujuan walaupun mungkin belum memiliki pengalaman-pengalaman yang menunjang. Faktor yang mempengaruhi kurangnya efikasi diri pada karyawan wanita dari keseluruhan responden terletak

pada tingkat kesulitan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, sehingga menurunkan pula keyakinannya dalam mengerjakan tugas tersebut.

2. Penerapan Konseling Individual dengan teknik *Strength Bombardment* dalam meningkatkan efikasi diri wanita karir meliputi tiga tahapan yaitu, *Pertama*; Tahap awal konseling yang merupakan proses membangun hubungan konseling dengan melibatkan klien yang mengalami masalah. Pada tahap ini konselor berusaha untuk membangun hubungan dengan cara melibatkan klien dan berdiskusi dengan klien. Memperjelas dan mendefinisikan masalah. Jika hubungan konseling telah terjalin dengan baik dan klien sudah melibatkan diri, berarti kerjasama antara konselor dengan klien bisa dilanjutkan dengan mengangkat isu, kepedulian dan masalah yang dialami klien. Membuat peninjauan alternatif bantuan untuk mengatasi masalah. Konselor berusaha menjajaki kemungkinan rancangan bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi klien dan lingkungannya yang tepat untuk mengatasi masalah kliennya. *Kedua*; Tahap *Treatment* merupakan proses pemberian *treatment* melalui penerapan teknik *strength bombardment* yang terbagi menjadi dua pertemuan. Pertemuan pertama peneliti pada pertemuan pertama menerapkan teknik konseling

secara umum, sedangkan pada pertemuan kedua peneliti menerapkan teknik *strength bombardment*. Ketiga; Tahap terminasi merupakan proses akhir dimana peneliti mengakhiri proses konseling dengan responden, tujuan tahap akhir ini adalah memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang bermasalah. Klien dapat melakukan keputusan tersebut karena klien sejak awal berkomunikasi dengan peneliti dalam memutuskan perubahan sikap tersebut.

3. Konseling individual dengan teknik *Strength Bombardment* berdampak positif terhadap responden dalam meningkatkan keyakinannya dalam mengerjakan tugasnya sebagai wanita karir, khususnya perannya sebagai ibu rumah tangga. Dari proses konseling terhadap kelima responden tentang efikasi diri wanita karir, secara umum dapat digambarkan bahwa pada responden SS, NL, AP dan LI tingkat keberhasilannya sangat baik. Karena keempat responden tersebut sudah merasa lebih yakin terhadap kemampuannya dalam mengerjakan tugas sebagai seorang wanita karir, dan terlihat perubahan perilaku saat berada pada situasi yang membuat efikasi diri menurun. Sedangkan pada responden MA tingkat keberhasilannya baik, karena MA hanya merasa lebih yakin terhadap kemampuannya dalam mengerjakan tugas sebagai wanita karir, namun

tidak ada perubahan perilaku saat berada pada situasi yang membuat dirinya menurun. Setelah dilakukan proses konseling, responden meyakini kemampuan yang ada pada dirinya, sehingga dengan keyakinan responden dapat menghadapi situasi tersebut dengan baik yang berimbas pula pada kualitas kerjanya di kantor.

B. Saran

Penulis menyampaikan beberapa saran yang diajukan untuk :

1. Bagi wanita karir, penulis menyarankan agar lebih mendalami dan menyadari kemampuan pribadi, sehingga keyakinan dalam mengerjakan tugas sebagai ibu rumah tangga dan karyawan dapat meningkat.
2. Bagi keluarga responden, penulis berharap agar lebih memahami perasaan seorang wanita yang bekerja atau wanita karir. Karena tugas dan tanggungjawabnya yang berbeda dengan wanita yang tidak bekerja, maka seorang wanita karir memerlukan dukungan moral lebih khususnya dari keluarga. Sehingga wanita karir merasa lebih termotivasi dalam menjalankan tugasnya dengan baik.
3. Bagi perusahaan khususnya divisi HCGA atau SDM, penulis berharap agar memberikan program khusus untuk menangani sisi psikologis karyawan, khususnya

wanita karir. Memang secara kasat mata tidak begitu terlihat permasalahan yang menonjol pada setiap karyawan. Untuk itu diperlukan asesmen agar dapat diketahui permasalahan psikologis khususnya penurunan efikasi diri pada karyawan. Mengingat dampak yang ditimbulkan juga sangat berpengaruh pada hasil pekerjaan karyawan, maka perusahaan sudah seharusnya memberikan pelayanan psikologis pada karyawan melalui layanan konseling individual ataupun layanan konseling kelompok, agar dapat membantu karyawan dalam menyelesaikan permasalahan psikologis tersebut dengan baik. Dengan kondisi psikis karyawan yang baik, maka diharapkan dapat meningkatkan kualitas kinerja pada setiap pekerjaan yang karyawan kerjakan.

4. Penulis berharap adanya penelitian selanjutnya yang lebih mendalam dan komprehensif terkait tema yang sudah dibahas sebelumnya.