

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan mengenai “*Tingkat Self-Awareness Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas III Rangkasbitung*”, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa tingkat *self-awareness* narapidana di Lapas Kelas III Rangkasbitung sebagian besar berada pada kategori sedang (38%), diikuti oleh kategori rendah (29%), tinggi (19%), serta sangat rendah dan sangat tinggi masing-masing sebesar (7%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar narapidana memiliki tingkat kesadaran diri yang cukup baik dalam mengenali emosi, menilai diri secara akurat, serta membangun kepercayaan diri. Jika ditinjau dari setiap dimensi, aspek kepercayaan diri (*self-confidence*) memperoleh skor rata-rata tertinggi, diikuti oleh kesadaran emosional diri (*emotional self-awareness*), sedangkan penilaian diri yang akurat (*accurate self-assessment*) memperoleh skor terendah. Berdasarkan hasil uji *t* satu sampel diperoleh nilai rata-rata empiris sebesar 56,73, yang lebih tinggi secara signifikan dibandingkan nilai rata-rata hipotetik sebesar 45, sehingga hipotesis penelitian diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat *self-awareness* narapidana di Lapas Kelas III Rangkasbitung berada pada kategori sedang atau di atas rata-rata.
2. Berdasarkan hasil penelitian dan kajian literatur terdahulu, layanan bimbingan dan konseling yang relevan untuk diintegrasikan dalam upaya meningkatkan *self-awareness* narapidana meliputi layanan konseling individu, layanan bimbingan dan konseling kelompok, serta layanan pengembangan diri yang berorientasi pada refleksi dan kesadaran diri. Layanan-layanan tersebut dapat dikembangkan melalui pendekatan humanistik, khususnya pendekatan *Gestalt Counseling* dan *person-centered therapy* yang menekankan pada proses penerimaan diri, tanggung jawab pribadi, serta kesadaran terhadap pengalaman “di sini dan saat ini”. Melalui penerapan layanan bimbingan dan konseling yang berfokus pada pengembangan kesadaran diri, diharapkan narapidana mampu mengenali potensi dan kelemahan dirinya, mengelola emosi dengan lebih baik, serta membangun keyakinan diri yang positif dalam proses pembinaan di lembaga pemasyarakatan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka beberapa saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Lembaga Pemasarakatan Kelas III Rangkasbitung

Perlu menekankan program pembinaan yang mendukung peningkatan *accurate self-assessment* melalui kegiatan refleksi diri, konseling, dan bimbingan kelompok untuk menilai kekuatan dan kelemahannya secara objektif. Selain itu, program yang sudah berjalan dan terbukti mendukung penguatan *self-awareness*, perlu terus dipertahankan dan ditingkatkan kualitasnya.

2. Bagi Konselor dan Praktisi Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan dalam merancang intervensi konseling yang lebih terarah. Konselor diharapkan mampu memfokuskan layanan pada penguatan aspek yang sudah baik, seperti *self-confidence*, sekaligus memberikan perhatian khusus pada aspek yang masih rendah, yaitu *accurate self-assessment*.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini masih terbatas pada tingkat *self-awareness* narapidana secara deskriptif. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji faktor-faktor yang memengaruhi *self-awareness*, seperti usia, tingkat pendidikan, lama hukuman, maupun program pembinaan yang diikuti narapidana. Penelitian lanjutan juga dapat menggunakan metode kualitatif untuk menggali pengalaman narapidana secara lebih mendalam, sehingga diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika *self-awareness* di lingkungan pemsarakatan.