

BAB V

KESIMPULAN

5.1 Kesimpulan

Penelitian dan pengembangan ini menghasilkan buku panduan pelatihan konseling individu dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* untuk meningkatkan *resiliensi* anak *broken home* siswa SMK. Berdasarkan penilaian dari ahli bimbingan konseling dan praktisi dapat dinyatakan bahwa panduan pelatihan konseling individu dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* sangat berguna, sangat layak, dan sangat tepat untuk meningkatkan *resiliensi* anak *broken home*. Penilaian uji ahli dan praktisi terhadap panduan pelatihan konseling individu dengan pendekatan *cognitive behavior therapy*, memiliki keuntungan pada aspek kebermanfaatannya, kemudahan, kepatuhan dan ketetapan guru bimbingan konseling selaku penyelenggara. Implikasi dari penelitian ini adalah bahwa pelatihan menggunakan panduan ini dapat memberikan manfaat yang signifikan bagi konselor di SMK untuk lebih efektif mendukung siswa dari keluarga *broken home* untuk meningkatkan *resiliensinya*. Siswa dapat memperoleh keterampilan untuk membantu siswa mengembangkan *resiliensi*, meningkatkan kesejahteraan emosional, dan meningkatkan kinerja akademis siswa.

Panduan pelatihan konseling individu dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* menurut ahli bimbingan konseling dan praktisi sangat berguna panduan ini memperkenalkan konselor pada teori-teori yang mendasari *cognitive behavior therapy*, seperti hubungan antara pikiran, perasaan, dan perilaku, serta teknik intervensi yang spesifik untuk mengubah pola pikir dan perilaku yang tidak sehat sehingga siswa mendapat manfaat dari pengembangan keterampilan coping yang konkret dan terbukti efektif dalam mengatasi stres, kecemasan, atau depresi. Mereka belajar cara mengelola emosi dengan lebih baik dan menghadapi tantangan hidup secara lebih adaptif.

5.2 Saran Pengguna

Sebelum memberikan layanan konseling individu dengan pendekatan *cognitive behavior therapy*, konselor disarankan untuk memahami materi dan tema setiap pertemuan agar layanan yang diberikan dapat berjalan sesuai dan memberikan output yang baik. Dengan demikian konselor dapat membantu siswa untuk meningkatkan *resiliensinya*.

5.3 Saran Peneliti Selanjutnya

Dalam penelitian yang akan datang, tujuan penelitian ini yaitu guna melaksanakan uji efektivitas dan menyelidiki layanan konseling individu dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* pada topik masalah yang berbeda. Teknik ini digunakan di tempat lain dan di berbagai tingkatan.

