

BAB VI

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data pada Bab IV, mulai dari proses pengembangan hingga hasil uji coba, maka dirumuskan kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil analisis kebutuhan yang dilakukan melalui observasi dan wawancara, ditemukan bahwa peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Maospati yang menjadi korban bullying mayoritas memiliki tingkat resiliensi rendah, sementara layanan bimbingan dan konseling yang tersedia belum memanfaatkan media digital secara optimal. Oleh karena itu, dikembangkan media video TikTok berbasis Ego State Therapy melalui model ADDIE, yang meliputi tahap *analysis, design, development, implementation, dan evaluation*, guna menjawab kebutuhan tersebut.
2. Prosedur pengembangan menghasilkan produk berupa media video TikTok beserta buku panduan guru BK, yang divalidasi oleh dua ahli, yaitu ahli materi bimbingan dan konseling serta ahli media. Hasil validasi menunjukkan bahwa media dinyatakan sangat valid dan sangat layak digunakan, sehingga media dinyatakan tepat dan layak digunakan dalam layanan bimbingan klasikal.

3. Media video TikTok berbasis *Ego State Therapy* efektif untuk meningkatkan resiliensi korban bullying peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Maospati, yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan resiliensi peserta didik setelah menggunakan media sebesar 51,89% dibandingkan sebelum menggunakan media, serta hasil uji statistik yang menunjukkan perbedaan yang signifikan. Media ini mendorong keterlibatan emosional, refleksi diri, dan penguatan kemampuan bangkit peserta didik dari pengalaman bullying.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa media video TikTok berbasis *Ego State Therapy* efektif meningkatkan resiliensi korban bullying pada peserta didik. Hal ini mengimplikasikan bahwa pendekatan layanan bimbingan dan konseling yang mengintegrasikan teknik terapi klinis dengan platform media sosial populer dapat meningkatkan keterlibatan emosional dan partisipasi aktif peserta didik dalam proses pemulihan psikologis.

Media yang dikembangkan dapat digunakan guru BK sebagai alternatif layanan bimbingan klasikal yang inovatif, menarik, dan relevan dengan kebiasaan digital peserta didik. Selain itu, produk ini juga membuka peluang bagi pengembangan media psikoedukasi berbasis teknologi digital lainnya yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan peserta didik di era digital. Dengan demikian, penelitian ini dapat menjadi

referensi untuk mengembangkan layanan bimbingan dan konseling yang tidak hanya berorientasi pada metode konvensional, tetapi juga adaptif terhadap perkembangan teknologi dan tren media sosial di kalangan remaja.

C. Saran

1. Peserta Didik

- a. Peserta didik disarankan untuk memanfaatkan media video TikTok berbasis Ego State Therapy secara mandiri sebagai sarana reflektif dalam mengenali dan mengelola emosi negatif akibat pengalaman bullying.
- b. Peserta didik hendaknya menjadikan media ini sebagai sarana untuk melatih kemampuan bangkit dan beradaptasi terhadap tekanan sosial secara berkelanjutan, tidak hanya pada saat layanan berlangsung.

2. Guru Bimbingan Konseling

- a. Guru BK disarankan menggunakan media ini sebagai alternatif layanan bimbingan klasikal maupun individual yang lebih menarik dan relevan dengan karakteristik peserta didik di era digital.
- b. Sebelum digunakan, guru BK perlu mempelajari terlebih dahulu alur cerita, tahapan *Ego State Therapy*, serta buku panduan yang menyertai media.

- c. Pelaksanaan layanan sebaiknya disesuaikan dengan kondisi dan karakteristik peserta didik agar berjalan efektif dan kondusif.
- d. Disarankan dilakukan evaluasi berkala terhadap penggunaan media untuk mengetahui efektivitas dan respons peserta didik dari waktu ke waktu.

3. Peneliti Selanjutnya

- a. Uji coba produk disarankan dilakukan pada jumlah sampel yang lebih besar dan bervariasi agar hasil penelitian lebih general.
- b. Peneliti selanjutnya dapat menyertakan kelompok kontrol pembanding untuk memastikan bahwa peningkatan resiliensi murni disebabkan oleh media yang dikembangkan.
- c. Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk mengetahui dampak jangka panjang media ini terhadap konsistensi resiliensi peserta didik.
- d. Pengembangan serupa dapat diarahkan pada isu psikososial lain, seperti kecemasan sosial atau masalah kepercayaan diri, dengan tetap mengedepankan pendekatan *Ego State Therapy*.
- e. Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan instrumen evaluasi yang lebih mendalam untuk mengukur perubahan resiliensi peserta didik secara holistic