

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang upaya meningkatkan kontrol diri narapidana yang akan bebas, secara umum dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individual pendekatan realita dapat dijadikan sebagai suatu upaya untuk meningkatkan kontrol diri yang dimiliki oleh narapidana yang akan bebas. Adapun secara rinci dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

Subjek penelitian sebelum mereka mengikuti kegiatan bimbingan kelompok termasuk dalam kriteria rendah (41,66). Sebelum mengikuti layanan konseling individual pendekatan realita subjek penelitian masih saja sulit untuk mengontrol diri dilihat dari terjadinya pertengkaran didalam sel tahanan dan bahkan mulai menerima pengaruh buruk dari teman sesama didalam sel. Setelah diberikan layanan konseling individual pendekatan realita menunjukkan perubahan. Tingkat kontrol diri narapidana yang akan bebas sebelum memperoleh layanan konseling individual pendekatan realita (41,66) setelah mengikuti layanan konseling individual pendekatan realita mengalami perubahan menjadi (73). Meningkat sebanyak 75,2%, perhitungan Jadi $J_{hitung} = 0$ dengan $\alpha = 0,05$ dan $n = 3$, maka berdasarkan daftar, $J_{tabel} = 0$. Dengan demikian $J_{hitung} > J_{tabel} (0 > 0)$. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada "Pengaruh Layanan Konseling Individual Pendekatan Realita Terhadap Kontrol Diri Narapidana Yang Akan Bebas Tahun 2016".

5.2 Saran

- Bagi LAPAS KELAS II B KOTA TANJUNG BALAI agar menyusun program-program yang dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan psikologis di samping kebutuhan pokok, juga bimbingan psikologis berupa bimbingan kontrol diri (perilaku, kognitif dan keputusan)
- Bagi para narapidana hendaknya melakukan kegiatan yang bermanfaat, minimal setiap minggu sekali, hal ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan berfikir, menganalisa, memprediksi dan meningkatkan kontrol diri.
- Bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian dengan topik-topik terkait dengan kontrol diri (kontrol perilaku, kognitif dan keputusan).