

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian ini maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Masalah dalam penyesuaian diri dapat diantisipasi dengan melihat terlebih dahulu aspek-aspeknya yaitu ketegangan emosional, cara berpikir rasional, mengarahkan diri, sikap terhadap pengalaman serta objektif dan realistis dalam memandang suatu hal
2. Masalah penyesuaian diri dalam berinteraksi dengan teman sekelas dapat diselesaikan melalui konseling realita

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini maka peneliti menyarankan :

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu , khususnya bidang Bimbingan dan Konseling mengenai upaya menyelesaikan masalah penyesuaian diri dalam berinteraksi dengan teman sekelas
2. Konselor dapat menggunakan konseling realita untuk menangani permasalahan mahasiswa khususnya tentang penyesuaian diri.