

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok teknik permainan simulasi dapat membantu mengembangkan resiliensi atlet *eSport* dilihat melalui skor *post-test*. Pengalaman dan pemahaman baru yang anggota kelompok peroleh melalui bimbingan ini yaitu tentang resiliensi. Hasil yang diperoleh dari *treatment* tersebut dapat dibuktikan dengan uji *Paired Sample T Test* pada *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen didapat nilai hasil uji *t sig.* sebesar $0,023 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini H_a diterima, yaitu bimbingan kelompok teknik permainan simulasi berpengaruh dalam mengembangkan ketangguhan diri (resiliensi) atlet *eSport*. Ketangguhan diri yang dimiliki atlet *eSport* yaitu atlet dapat menentukan cara yang paling efektif untuk menghindari lawan dan jebakan yang dibuat oleh lawan, dapat menekankan koordinasi yang tepat dari proses visual dan motorik untuk mendeteksi dan bereaksi terhadap lawan ataupun tim, mengetahui kemampuan karakter untuk secara strategis memilih rencana pertandingan yang sesuai dengan kondisi pertandingan, mengetahui pola pergerakan yang sangat terkoordinasi yang memungkinkan mereka mempertahankan kontrol karakter mereka yang sangat tepat saat mereka bergerak di dunia virtual, dapat melakukan banyak tugas, termasuk menyerang dan bertahan melawan musuh dan memiliki kemampuan dalam berpikir strategis, dan sistematis berdaya pada umpan balik yang motivasi diri.

Secara kuantitatif (hasil) pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik permainan peran dibuktikan dari hasil skala resiliensi yang menunjukkan adanya perkembangan dari hasil *pre-test* ke *post-test* pada skor total resiliensi. Pada skor awal (*pre-test*) dan skor akhir (*post-test*) terdapat 1 atlet yang masuk dalam kategori penurunan perkembangan, 7 atlet masuk kategori tetap, dan 22 atlet masuk kategori berkembang. Dengan hasil diatas membuktikan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi berpengaruh dalam mengembangkan ketangguhan diri atlet eSport. Dari ketujuh indikator resiliensi indikator yang memiliki peningkatan tertinggi yaitu pengendalian impuls dan termasuk dalam kategori tinggi. Sedangkan indikator yang mengalami peningkatan terendah yaitu empati dan termasuk dalam kategori sangat tinggi. Dari setiap anggota kelompok mengalami peningkatan resiliensi setelah diberi layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi, walaupun tidak terlalu tinggi. Resiliensi atlet sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok termasuk dalam kategori rendah. Setelah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik permainan simulasi rata-rata ada perkembangan resiliensi dalam diri atlet. Dari hasil tersebut dapat dilihat bahwa setelah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik permainan simulasi skornya lebih tinggi dari pada sebelum diberikan perlakuan.

B. Saran

Pentingnya pemberian bimbingan kepada atlet *eSport* agar dapat terus berkembang ke arah yang lebih baik maka peneliti memiliki saran untuk berbagai pihak yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Konselor

Konselor dapat menggunakan dan mengembangkan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi sebagai intervensi untuk mengembangkan resiliensi atlet *eSport* untuk hasil yang lebih efektif dan efisien.

2. Bagi Bimbingan Konseling Islam

Diharapkan dapat memberikan gambaran dan menambah kasanah ilmu pengetahuan yang telah ada mengenai resiliensi atlet *eSport* serta cara mengembangkannya dengan menggunakan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi.

3. Bagi organisasi IeSPA

Diharapkan konselor dapat menjadi bahan evaluasi dan pengembangan agar konselor dapat ikut andil dalam memberikan layanan bimbingan baik bimbingan kelompok maupun konseling.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan pada penelitian selanjutnya agar dapat mengaplikasikan hasil temuan yang telah ada sebagai acuan untuk memperbaiki penelitian yang telah dilakukan saat ini. Pada penelitian selanjutnya dapat melihat kekurangan dari buku pedoman eksperimen yaitu agar dapat digunakan untuk penelitian yang selanjutnya.