

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Untuk mengetahui tujuan yang diinginkan dan menjawab Rumusan Masalah dalam penelitian ini berdasarkan hasil Analisis Data, Pengolahan Data, dan Pengujian Hipotesis, maka dapat disimpulkan hasil penelitian menunjukkan bahwa :

1. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) dapat meningkatkan *self control* pada anak penyandang masalah sosial (anak terlantar) usia remaja di UPT Perlindungan dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak Trenggalek Asrama Kediri dibuktikan dengan adanya perbedaan yang signifikan pada pengisian kuesioner kontrol diri pada saat *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen dan juga adanya perubahan perilaku pada diri responden.
2. Berdasarkan hasil hitung sumbangan efektif regresi linier *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen didapatkan nilai *R Square* sebesar 0,024 atau 2,4%. Dari angka 2,4% maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat efektivitas terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) dalam meningkatkan *self control* pada anak penyandang masalah sosial (anak terlantar) usia remaja sangat kecil yaitu hanya sebesar 2,4% karena dipengaruhi oleh beberapa faktor diluar penelitian.

Berdasarkan pada hasil hitung tersebut maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dalam penelitian ini  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya, terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) efektif namun sangat lemah dalam meningkatkan *Self Control* pada Anak Penyandang Masalah Sosial (Anak Terlantar) Usia Remaja di UPT Perlindungan dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak Trenggalek Asrama Kediri.

## **B. Saran**

Berdasarkan pemaparan di atas, masih terdapat beberapa keterbatasan pada penelitian ini. Oleh karena itu perkembangan penelitian selanjutnya perlu dilakukan mengingat pentingnya terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) dalam meningkatkan kontrol diri pada anak penyandang masalah sosial (anak terlantar) pada usia remaja. Maka peneliti mempunyai saran untuk berbagai pihak agar penelitian ini dapat bermanfaat untuk kedepannya. Adapun saran tersebut adalah sebagai berikut:

### **1. Bagi Lembaga (UPT PPSAA)**

Disarankan untuk memberikan layanan psikologis guna untuk meningkatkan *self control* (kontrol diri) pada Anak Asuhan. Salah satunya dengan menggunakan layanan intervensi berupa terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*).

### **2. Bagi Anak Asuhan (Anak Terlantar)**

Diharapkan Anak Asuhan (Anak Terlantar) dapat merubah perilakunya dari yang semula kurang baik menjadi lebih baik seperti

lebih dapat diatur dan mentaati segala peraturan yang ada di panti, tidak mengulangi kesalahan yang sama, bisa mengendalikan/dapat mengontrol diri agar bisa menjadi anak yang lebih berguna dan bermanfaat baik bagi dirinya sendiri maupun lingkungannya.

### 3. Bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah perkembangan ilmu pengetahuan dengan memperkaya hasil penelitian yang telah ada dan dapat memberikan gambaran mengenai kondisi kontrol diri anak asuhan serta cara meningkatkan self control (kontrol diri) dengan menggunakan pendekatan Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*).

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai gambaran atau informasi yang dapat dijadikan referensi untuk penelitian lebih lanjut dan juga disarankan untuk lebih memperhatikan hal-hal di luar penelitian yang dapat mengurangi tingkat efektivitas terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) dalam meningkatkan kontrol diri anak penyandang masalah sosial (anak terlantar) usia remaja. Hal ini dilakukan, agar hasil penelitian lebih maksimal dan dapat digunakan sebagai generalisasi terkait efektivitas terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) dalam meningkatkan kontrol diri pada anak penyandang masalah sosial (anak terlantar) usia remaja.