

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan mengenai kemampuan *self-regulation* pada *resident* (20–30 tahun) di panti rehabilitasi ‘X’ Medan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Seluruh *resident* (20–30 tahun) di panti rehabilitasi ‘X’ Medan mampu melakukan *self-regulation* yang meliputi tahap perencanaan (fase *forethought*), pelaksanaan (*performance/volitional control*), dan evaluasi (fase *self-reflection*).
2. *Resident* yang mampu melakukan *self-regulation*, seluruhnya mampu dalam melakukan perencanaan (fase *forethought*) dan sebagian besar mampu mengevaluasi perilaku yang telah ditampilkannya (fase *self-reflection*). Sementara itu, jumlah *resident* yang tergolong mampu melaksanakan perencanaan yang telah dibuat (fase *performance/volitional control*) lebih sedikit dibandingkan jumlah *resident* yang mampu dalam *forethought* ataupun *self-reflection*.
3. Dukungan, pengawasan, *modeling*, dan *feedback* dari keluarga, rekan sesama *resident*, maupun pengelola panti merupakan faktor-faktor yang mendukung *resident* dalam mengikuti kegiatan pembinaan, ketrampilan, dan kebersihan selama menjalani masa rehabilitasi di panti rehabilitasi ‘X’ Medan.

5.2. Saran

- **Saran Teoretis**

Bagi penelitian selanjutnya disarankan untuk :

- meneliti hubungan antara *self-regulation* dengan dukungan sosial.

- **Saran Praktis**

1. Bagi pengelola panti rehabilitasi 'X' Medan disarankan untuk :

- memberikan teladan dan pengarahan mengenai bagaimana seharusnya *resident* berperilaku dalam mengikuti kegiatan selama menjalani masa rehabilitasi sehingga kemampuan *self-regulation resident* dapat berkembang dengan efektif.
- meningkatkan pemberian dukungan dan pengawasan terhadap para *resident* selama menjalani masa rehabilitasi. Selain itu, pengelola panti juga disarankan untuk memberikan *reward* yang sesuai bagi *resident* yang berhasil mengikuti kegiatan dan menyelesaikan tugasnya dengan baik, dan tetap memberikan motivasi bagi *resident* yang belum mampu mengikuti kegiatan dengan baik.

2. Bagi panti rehabilitasi 'X' Medan disarankan untuk :

- melakukan program *mentoring* bagi para *resident*. Mentor dapat berupa pengelola panti, *resident* yang berada di bulan terakhir masa rehabilitasinya dan dianggap berhasil menjalani masa rehabilitasi, ataupun mantan *resident* yang dianggap tetap menunjukkan perkembangan yang baik selepas menjalani masa rehabilitasi, yang akan membimbing

sekaligus menjadi *model* bagi para *resident* yang sedang menjalani masa rehabilitasi dalam mengembangkan *self-regulation*.

- memberikan pelatihan mengenai *self-regulation* pada para pembimbing di panti rehabilitasi 'X' Medan, sehingga diharapkan pengalaman dan pengetahuan mereka tersebut dapat digunakan dalam membantu para *resident* untuk meregulasi diri selama menjalani masa rehabilitasi.
3. Bagi *resident* di panti rehabilitasi 'X' Medan disarankan untuk meningkatkan kebersamaan dan kedekatan mereka sebagai tempat saling berbagi, saling mengawasi, dan saling mengingatkan antar anggotanya agar tetap meregulasi diri selama menjalani masa rehabilitasi.
 4. Bagi para orangtua *resident* disarankan untuk memberikan dukungan dan *feedback* terhadap perilaku *resident* selama menjalani masa rehabilitasi mengingat pentingnya peran keluarga dalam rangka meningkatkan *self-regulation* para *resident*.