

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti mengenai efektivitas teknik *anger management* dengan bimbingan kelompok untuk mereduksi perilaku agresif siswa SMP Negeri 4 Bojonegoro. Dapat disimpulkan bahwa teknik tersebut dapat mereduksi perilaku agresif siswa, dengan rincian sebagai berikut:

1. Hasil penelitian dengan skala perilaku agresif didapat tingkat perilaku agresif siswa kelas 8 dan 9 yaitu kategori tinggi 6%, sedang 74%, rendah 20%. Gambaran perilaku agresif berdasarkan aspek perilaku agresif yaitu aspek *physical aggression* 18%, *verbal aggression* 20%, *angry* 42%, *hostility* 20%
2. Layanan bimbingan kelompok di sekolah tersebut tidak optimal dikarenakan layanan yang sering diberikan kepada siswa yaitu layanan bimbingan klasikal dan konseling individu. Guru bimbingan konseling pernah melakukan bimbingan kelompok namun jarang dilakukan, Dalam mengatasi perilaku agresif guru bimbingan konseling memberikan layanan konseling individu dan bimbingan klasikal.
3. Hasil uji *paired sample t – test* dengan memperoleh hasil $0,000 < 0,05$ sehingga dapat dinyatakan teknik *anger management* dengan bimbingan kelompok efektif menurunkan perilaku agresif siswa. Kemudian hasil uji t pada semua aspek perilaku agresif yaitu *physical aggression*, *verbal aggression*, *angry*, *hostility* terdapat nilai $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik *anger management* efektif untuk mereduksi pada aspek *physical aggression*, *verbal aggression*, *angry*, *hostility*.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Konseli

Dengan adanya bimbingan kelompok teknik *anger management* siswa dapat menurunkan perilaku agresif pada diri. Sehingga siswa dapat mengendalikan emosi marah pada diri dan berperilaku baik dalam kehidupan sehari – hari.

5.2.2 Bagi Sekolah

Dapat digunakan sebagai solusi alternatif bagi konselor/guru BK dalam melakukan bimbingan kelompok untuk meningkatkan perilaku agresif.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian dapat menjadi referensi penelitian selanjutnya, tentang bimbingan kelompok, teknik *anger management*, dan perilaku agresif

