

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terkait keefektifan panduan Teknik *self inatruction* untuk meningkatkan *self esteem* siswa MTs Hidayatul Islam Tanjungharjo dapat ditarik kesimpulan bahwa panduan Teknik *self instruction* terbukti efektif untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa kelas VII MTs Hidayatul Islam Tanjungharjo dengan jabaran sebagai berikut:

- 1) Hasil data yang diperoleh dari 3 sekolah dari beberapa kecamatan di Bojonegoro menunjukkan *self esteem* siswa berpotensi rendah dengan rata-rata 42,67 %
- 2) Hasil *post test* dari 20 siswa, yang dibagi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang masing-masing terdiri dari 10 siswa menunjukkan bahwa kelompok memperoleh hasil nilai rata-rata 84,77% , sedangkan hasil nilai dari kelompok control yaitu 70,45%
- 3) Berdasarkan hasil *post test* dari 10 siswa kelompok eksperimen dapat diketahui bahwa hasil rata-rata siswa berada dalam kategori tinggi yaitu 84,45%
- 4) Terdapat perbedaan dari hasil *post test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, setelah diberikan *treatment* pada kelompok eksperimen menggunakan panduan Teknik *self instruction* untuk meningkatkan *self esteem*, dari hasil rata-rata dua kelompok tersebut terdapat selisih 14,32%. Sehingga dari hasil rata-rata tersebut dapat dibuktikan bahwa panduan Teknik *self instruction* untuk meningkatkan *self esteem* siswa.
- 5) Berdasarkan pada uji Independent Samples Test, terlihat bahwa nilai hipotesis diterima yaitu dengan nilai $0,00 < 0,05$, atau dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan terhadap kelompok yang telah diberikan *treatment*.
- 6) Layanan bimbingan kelompok dapat memudahkan proses pelaksanaan Teknik *self instruction* untuk meningkatkan *self esteem* secara efektif.

5.1 Saran

5.2.1. Bagi Konseli

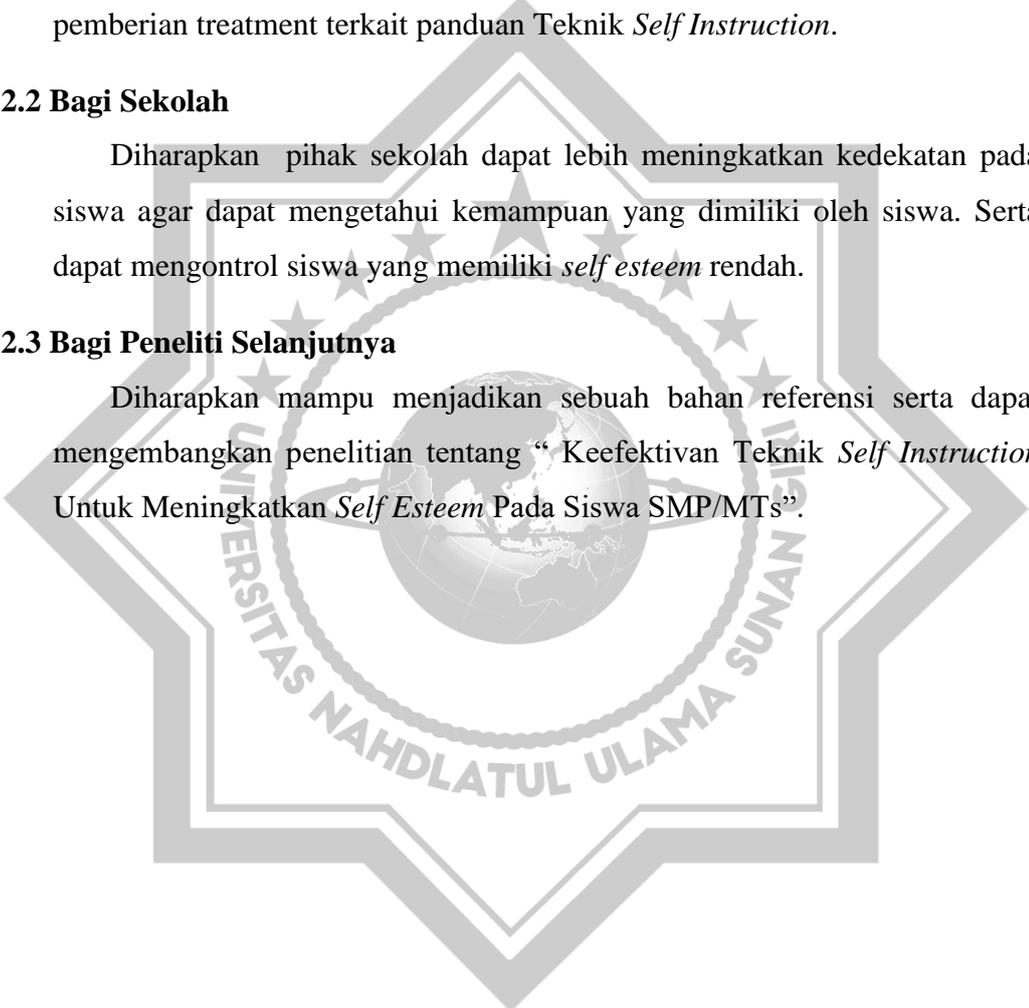
Siswa diharapkan agar dapat meningkatkan sikap menghargai diri sendiri dan mengembangkan kemampuan yang dimiliki. Dan diharapkan bagi siswa yang sudah diberi treatment dapat mempertahankan hasil pelatihan atau pemberian treatment terkait panduan Teknik *Self Instruction*.

5.2.2 Bagi Sekolah

Diharapkan pihak sekolah dapat lebih meningkatkan kedekatan pada siswa agar dapat mengetahui kemampuan yang dimiliki oleh siswa. Serta dapat mengontrol siswa yang memiliki *self esteem* rendah.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan mampu menjadikan sebuah bahan referensi serta dapat mengembangkan penelitian tentang “ Keefektivan Teknik *Self Instruction* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Pada Siswa SMP/MTs”.



UNUGIRI