

BAB V

KESIMPULAN DAN PENUTUPAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai “Keefektifan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* untuk menurunkan prokrastinasi akademik siswa kelas VII Mts Asy-Syukuriyah Payaman.” Maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Gambaran prokrastinasi akademik kelas VII di Mts Asy-Syukuriyah Payaman siswa sebelum diberikan layanan/*treatment* bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* berada pada kategori tinggi dan sedang pada rata-rata 68%.
2. Gambaran bimbingan kelompok di Mts Asy-Syukuriyah Payaman di madrasah ini sudah dilakukan bimbingan kelompok dan peneliti melakukan *treatment* atau layanan bimbingan kelompok untuk menurunkan prokrastinasi akademik yaitu dimana terdapat penurunan yang semula dalam kategori tinggi dan sedang menjadi kategori rendah.
3. Keefektifan uji teknik *self talk* untuk menurunkan prokrastinasi akademik. berdasarkan dari hasil uji *wilcoxon* bahwa nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* sebesar 0,005 lebih kecil dari dari 0,05 yang berarti H_0 di terima dan H_a ditolak. artinya perilaku prokrastinasi akademik sebelum dan sesudah diberikan *treatment* ada perbedaan, maka hipotesis yang diajukan dapat diterima yaitu bahwa H_0 diterima. Dari ke empat aspek prokrastinasi akademik berdasarkan hasil uji *wilcoxon* bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* efektif. Maka dapat disimpulkan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* efektif dapat menurunkan prokrastinasi akademik siswa kelas VII Mts Asy-Syukuriyah Payaman.

UNUGIRI

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Guru BK

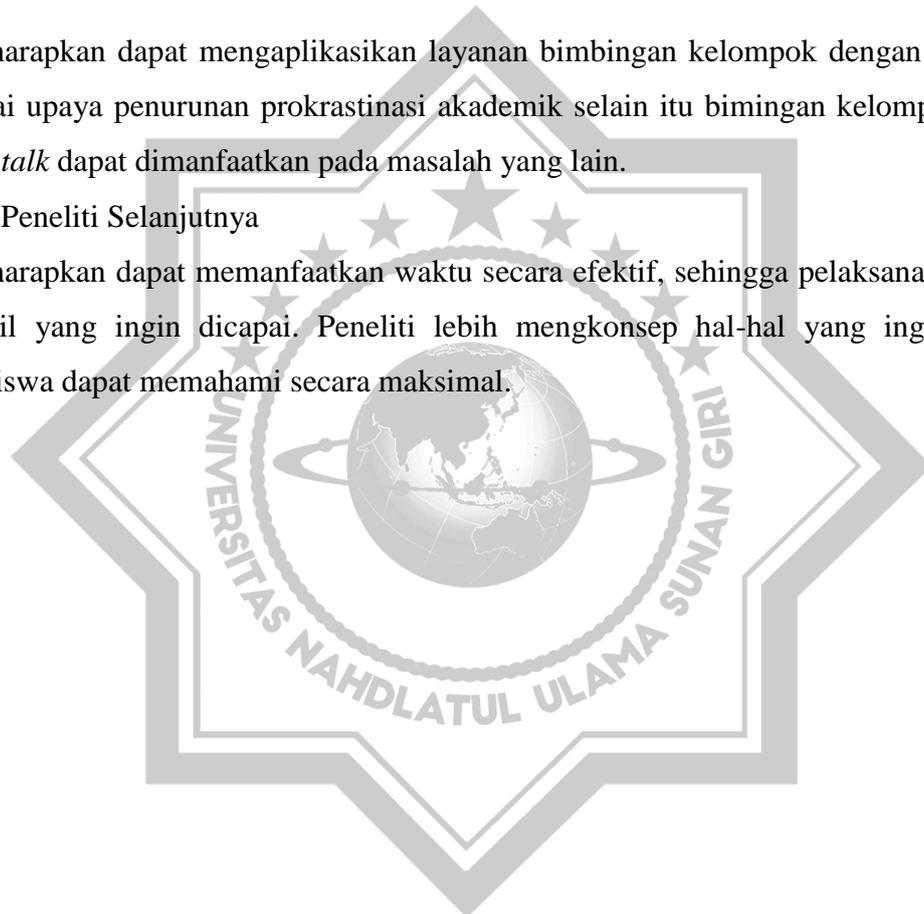
Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, informasi, pemikiran serta evaluasi bagi guru bk dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling khususnya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* yang dapat menjadi alternatif atau solusi dalam menurunkan prokrastinasi akademik siswa.

5.2.2 Bagi Peneliti

Diharapkan dapat mengaplikasikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* sebagai upaya penurunan prokrastinasi akademik selain itu bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* dapat dimanfaatkan pada masalah yang lain.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat memanfaatkan waktu secara efektif, sehingga pelaksanaan berjalan sesuai hasil yang ingin dicapai. Peneliti lebih mengkonsep hal-hal yang ingin diteliti sehingga siswa dapat memahami secara maksimal.



UNUGIRI