

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling kelompok *paradoxical intention technique* terbukti efektif untuk meningkatkan *self-efficacy* SMA/SMK Kecamatan Temayang dengan penjelasan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian diperoleh tingkat *self-efficacy* siswa SMA/SMK Kecamatan Temayang, kategori tinggi sebesar 12%, sedang sebesar 88% dan rendah sebesar 0%. Sedangkan tingkat *self-efficacy* berdasarkan aspek. Aspek *magnitude* sebesar 51%, *strenght* sebesar 30% dan *generality* sebesar 19%.
2. Pelaksanaan konseling kelompok di SMA/SMK temayang masih jarang dilakukan. Dikarenakan sarana dan prasarana yang kurang memadai, sehingga kurang menyupport layanan dan pelaksanaannya kurang maksimal.
3. Hasil uji efektifitas yang menggunakan uji normalitas menunjukkan masing-masing nilai yaitu 0,081 dan 0,942 yang artinya nilai signifikan $> 0,05$ sehingga data dapat dinyatakan normal, setelah itu dilakukan uji *paired sample t-test* dengan memperoleh hasil $< 0,05$ maka dapat dinyatakan konseling kelompok dengan *paradoxical intention technique* efektif meningkatkan *self-efficacy* Adapun hasil uji *paired sample t-test* per aspek *self-efficacy*, masing-masing aspek yaitu aspek *magnitude*, aspek *strenght* dan aspek *generality* mendapatkan nilai sig (2 tailed) adalah 0.000 lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ketiga aspek tersebut efektif.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Siswa

diharapkan untuk mampu dan terus meningkatkan *self-efficacy*, mampu mempertahankan hasil pelatihan dan berkomitmen serta mengontrol diri sendiri dengan baik.

5.2.2 Bagi Konselor

Konselor lebih memperhatikan kondisi siswa. Dengan bentuk pelaksanaan layanan konseling, siswa dapat terbantu dalam mengatasi permasalahan diri secara pribadi, sosial, belajar dan karir. Khususnya dalam meningkatkan *self-efficacy*, agar mampu mengandalkan kemampuan diri yang dimiliki, dan mau berusaha dalam mencapai hasil apapun.

5.2.3 Bagi Sekolah

Dapat memberikan fasilitas terhadap konselor, sehingga mampu memberikan layanan konseling kelompok terhadap siswa dengan maksimal.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, peneliti berharap hasil penelitian ini dapat menjadi bahan referensi bagi pembaca, dan dapat dikembangkan lebih luas dengan ruang lingkup yang berbeda oleh peneliti selanjutnya di lain waktu.

