

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian efektivitas layanan konseling kelompok melalui teknik *self instruction* untuk meningkatkan *self confidence* peserta didik di MTs Negeri 1 Bojonegoro, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Peserta didik di MTs Negeri 1 Bojonegoro memiliki tingkat *self confidence* sedang dengan adanya bukti hasil penyebaran angket skala psikologis ke 167 responden, dengan hasil 79 peserta didik dengan presentase 47% berkategori sedang, 40 peserta didik dengan presentase 24% berkategori tinggi, dan sisanya 48 peserta didik dengan presentase 29% berkategori rendah.
2. Teknik *self instruction* dalam layanan konseling kelompok dapat secara efektif meningkatkan *self confidence* peserta didik di MTs Negeri 1 Bojonegoro. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil uji *Paired T-test* yang menunjukkan angka yang signifikan antara nilai *pretest* dan *posttest* dengan nilai signifikansi (2-tailed) $p = 0.000 < 0.05$ dengan arti hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima.

1.2 Saran

5.2.1 Bagi Peserta Didik

Siswa yang telah mengikuti pelatihan *self instruction* dalam konseling kelompok diharapkan mampu mempertahankan komitmen yang telah dibuat dalam meningkatkan rasa percaya terhadap diri sendiri.

5.2.2 Bagi Guru BK

Bagi guru BK diharapkan untuk lebih memperhatikan dan meningkatkan kepedulian serta kedekatan dengan peserta didik sebagai bagian dari implementasi bimbingan. Hal ini diharapkan dapat membantu siswa dalam mengatasi berbagai masalah pribadi dan meningkatkan *self confidence* pada diri peserta didik. Dan apabila terjadi *self confidence* yang rendah, maka guru BK dapat memberikan teknik *self instruction* untuk meningkatkannya karena teknik tersebut sudah terbukti efektif.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menggunakan penelitian ini sebagai referensi dalam penelitian mereka terkait konseling kelompok dengan teknik *self instruction*. Diharapkan pula agar peneliti selanjutnya dapat mengembangkan studi mengenai efektivitas layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self instruction* untuk meningkatkan *self confidence* siswa di MTs Negeri 1 Bojonegoro di masa mendatang.



UNUGIRI
BOJONEGORO