

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik *Homeroom* Dalam Meningkatkan Kontrol Diri Remaja Di Desa Jabalsari menunjukkan menunjukkan hasil kesimpulan berdasarkan rumusan yang telah dibuat yaitu kemampuan kontrol diri Remaja di Desa Jabalsari.

Berdasarkan uji statistik menggunakan program *IBM SPSS Statistics 20*, dari penyebaran angket yang telah dilakukan oleh peneliti diketahui tingkat kontrol diri Remaja sebanyak 30 orang didapatkan 6 orang remaja dalam kategori rendah, 16 orang remaja dalam kategori sedang dan, 8 orang remaja kategori tinggi. dalam penelitian ini mengambil 10 remaja untuk dijadikan kelompok eksperimen dengan 6 orang remaja kategori rendah, dan 4 orang remaja di ambil dari nilai terendah dari semua remaja yang berkategori sedang. Sehingga didapatkan 10 orang remaja dengan nilai kontrol diri terendah untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok teknik *homeroom*.

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* menunjukkan bahwa metode bimbingan kelompok ini mampu meningkatkan kemampuan kontrol diri remaja. Dengan metode bimbingan yang benar-benar berbeda dari bimbingan pada umumnya, remaja di Desa jabalsari cukup antusias untuk mengikuti kegiatan yang diselenggarakan peneliti. Hasil dari bimbingan ini dibuktikan dengan uji *Paired Samples T-test* yang didapatkan nilai signifikansi $0,00 < 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, dan juga di dapatkan thitung $12.105 > t$ tabel 2.262, maka dapat dikatakan bahwa ada perbedaan rata-rata antara pretest dan posttest dan dinyatakan ada pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* dalam meningkatkan kontrol diri remaja di Desa Jabalsari. Selain itu dari uji *N-Gain Score* kelompok

eksperimen didapatkan rata-rata sebesar 93,4% yang berarti termasuk dalam kategori efektif, dengan nilai *NGain Scores* minimal sebesar 40,54% dan nilai maksimal 159,09. Dengan demikian dapat dikatakan perlakuan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* efektif dalam meningkatkan kontrol diri remaja berhasil.

Kontrol diri merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk memunculkan tindakan atau perilaku dalam kehidupan sehari-harinya. Kontrol diri menjadi aspek penting dalam kehidupan remaja karena disinilah masa-masa konflik seseorang dimulai. Ketika seorang remaja memiliki kontrol diri rendah tentunya mudah sekali untuk memunculkan perilaku-perilaku negative yang bisa berdampak buruk terhadap dirinya sendiri atau orang lain. Dengan adanya penelitian ini Remaja di Desa Jabalsari khususnya Remaja yang masih duduk di bangku sekolah diharap mampu memahami apa itu kontrol diri dan benar-benar menerapkan dalam kehidupannya.

B. Saran

Pemberian layanan bimbingan kelompok atau layanan-layanan yang berkaitan dalam dunia Bimbingan konseling dirasa masih banyak sekali evaluasi-evaluasi dalam pengembangan beberapa teori atau layanan-layanan dalam bimbingan konseling. Perubahan-perubahan ini kedepannya diharapkan mampu membentuk konselor-konselor yang mampu dan unggul dalam menyesuaikan situasi dan kondisi di masa mendatang. Oleh karena itu, peneliti memiliki beberapa saran untuk beberapa pihak terkait, yaitu;

1. Bagi konselor

Diharapkan konselor baik konselor sekolah atau yang berkecimpung di dunia social, agar dapat memprogramkan dan melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling secara progresif untuk membantu meningkatkan kontrol diri remaja di lingkungan masyarakat khususnya. Di dalam proses bimbingan kelompok

ataupun proses konseling diharapkan mampu menyesuaikan dengan kondisi yang sedang dialami klien atau konseli. Hal ini agar klien merasa nyaman dalam menyampaikan pendapat, tanggapan, atau masalah yang sedang dihadapi klien.

2. Bagi Remaja atau klien, dari layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* ini dapat mengambil manfaat dan lebih mengevaluasi apa yang sedang dialaminya dan mencari kekurangan yang menghambat dalam dirinya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan mampu mengembangkan dan menemukan teori-teori yang bisa dikembangkan bersama dalam melaksanakan layanan bimbingan. Selain itu diharapkan mampu menemukan kekurangan-kekurangan pada penelitian ini serta mampu mengikuti perkembangan kehidupan selanjutnya.