

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian ini menghasilkan beberapa kesimpulan dari rumusan masalah, sebagai berikut:

1. Berdasarkan analisa uji t-test terhadap layanan bimbingan kelompok teknik *cognitive restructuring* motivasi belajar siswa. Tabel analisis diatas diketahui bahwa nilai t_{hitung} sebesar 1.9877 < t_{tabel} sebesar 1.782 dengan signifikansi sebesar 0,00. Nilai signifikansi menunjukkan $0,00 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak. Selain itu berdasarkan analisis dari tabel diketahui bahwa nilai mean kelompok eksperimen sebesar 129.143 lebih besar dari pada kelompok kontrol yaitu 82.571. sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh teknik *cognitive restructuring* dalam meningkatkan motivasi belajar siswa MTs Darul Falah Sumbergempol.
2. Berdasarkan hasil perhitungan *Uji N-Gain Score* dapat diketahui bahwa nilai *N-Gain Score* untuk kelompok eksperimen 199,86% termasuk dalam kategori efektif. Dengan nilai *N-Gain Score* minimal 178% dan maksimal 230%. Sementara untuk rata-rata *N-Gain Score* pada kelompok kontrol 30,55% dengan nilai minimal 21.74% dan nilai maksimal 36,00%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa berdasarkan *Uji N-Gain Score* nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih tinggi dari pada nilai rata-rata kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan atau *treatment*. Sehingga teknik *cognitive restructuring* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa MTs Darul Falah Sumbergempol.

Meningkatnya motivasi belajar siswa merupakan keinginan dan dorongan dari internal maupun eksternal pada diri siswa dalam proses kegiatan pembelajaran, sehingga mampu merubah pola pikir dan tingkah laku siswa (Arif,2018: 169). Dengan ini ketika siswa mampu mengambil keputusan dalam menyelesaikan masalah secara lebih bijak,

maka siswa dapat memposisikan dirinya dalam berbagai situasi yang dialami, mampu mengevaluasi diri dari kesalahan sebelumnya. sebagai pembelajaran untuk tidak menghabiskan waktu belajar dengan hal-hal yang tidak bermanfaat. sehingga menimbulkan kesadaran diri akan pentingnya belajar dan rasa tanggung jawab dalam meraih cita-cita di masa depan sebagai generasi penerus bangsa.

B. Saran

Pemberian layanan bimbingan kelompok maupun konseling kelompok sangat diperlukan untuk membantu menyelesaikan masalah-masalah yang dialami oleh setiap individu. Hal ini sangat diperlukan kritik maupun saran untuk menjadikan layanan bimbingan dan konseling lebih baik. Sehingga mampu memberikan layanan secara maksimal kepada konseli. Peneliti memiliki saran untuk semua pihak, diantaranya:

1. Bagi konselor

Diharapkan untuk konselor terus menerus belajar dan mengembangkan antara teori dan menerapkan layanan bimbingan kelompok terutama menggunakan teknik *cognitive restructuring* dalam meningkatkan motivasi belajar siswa.

2. Bagi Prodi Jurusan Bimbingan Konseling Islam

Hasil penelitian bimbingan kelompok teknik *cognitive restructuring* dalam meningkatkan motivasi belajar siswa diharapkan sebagai referensi, memberikan deskripsi dan menambah ilmu pengetahuan dalam lingkup pendidikan.

3. Bagi Pihak Sekolah

Konselor merupakan salah satu unsur penting dalam sekolah, sehingga diperlukan perhatian seperti ruang BK yang nyaman, waktu yang setara dengan mata pelajaran lainnya dan kesejahteraan bagi konselor yang saling berkoordinasi dengan guru mata pelajaran lainnya. Dan menjadi

bahan evaluasi untuk program layanan bimbingan dan konseling yang lebih kreatif.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk melakukan penelitian-penelitian baru dan mengembangkan berbagai layanan pada bimbingan konseling. Tentunya dengan pendampingan dan pengawasan oleh tenaga ahli profesional dalam bidangnya. Pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat melihat dan melengkapi dari penelitian ini.