

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian “Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMAN 1 Ponggok” memberikan kesimpulan berdasar rumusan yang telah dibuat, yaitu:

1. Peningkatan rasa kepercayaan diri siswa kelas X di SMAN 1 Ponggok berdasar uji menggunakan program aplikasi *IBMSPSS Statistics 20* dari penyebaran angket yang telah dilakukan oleh peneliti diketahui tingkat kepercayaan diri siswa kelas X IPS 1 sebanyak 37 siswa, ada 10 siswa masuk kategori tinggi, 17 kategori sedang dan 10 kategori rendah. Dalam penelitian ini mengambil dari 20 siswa terendah yang terdiri dari 10 siswa terendah yang masuk pada kelompok eksperimen dan 10 siswa yang masuk dalam kategori sedang masuk dalam kelompok kontrol. Kelompok eksperimen akan mendapat perlakuan sedangkan kelompok kontrol tidak.

Layanan bimbingan kelompok teknik diskusi ini memberikan peningkatan kepercayaan diri pada siswa. Dengan metode yang mengasyikkan bagi siswa, siswa merasa nyaman dan antusias saat mengikuti bimbingan. Hasil dari bimbingan dibuktikan dengan uji *Independent Test* yang didapatkan nilai signifikan 0,00, Nilai signifikan menunjukkan  $0,00 < 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak. Diketahui bahwa nilai mean dari kelompok eksperimen sebesar 209,80 lebih besar dari pada kelas control yaitu 180,80 sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X SMAN 1 Ponggok.

Selain itu, uji dari *N Gain Score* kelompok eksperimen didapatkan rata-rata sebesar 154% yang berarti termasuk dalam

kategori efektif dengan nilai minimal 104, dan nilai maksimal 1500. Dengan demikian bisa dikatakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa.

2. Kepercayaan diri merupakan rasa percaya atau yakin terhadap diri individu yang membuatnya tidak cemas terhadap apa yang dilakukannya. Orang yang memiliki kepercayaan lebih mampu menyesuaikan diri dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru. Karena keyakinan pada dirinya itulah yang membuat ia memiliki pegangan yang kuat, mampu mengembangkan potensi di dalam diri. Kepercayaan diri dapat dibentuk oleh diri sendiri dan bantuan dari lingkungan sekitar. Apabila seorang individu tidak memiliki kepercayaan diri, maka ia akan kesulitan untuk menumbuhkan potensi dalam dirinya, sulit bergaul, dan sulit percaya pada orang lain. Dengan adanya penelitian ini siswa kelas X dari SMAN 1 Pongkok diharapkan mampu memahami apa itu kepercayaan diri dan pentingnya kepercayaan diri agar mampu diterapkan pada kehidupannya.

## **B. Saran**

Dalam memberikan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi ini, dirasa peneliti masih banyak evaluasi-evaluasi dalam pengembangan teori atau layanan-layanan dalam bimbingan konseling. Adanya perubahan atau perbaikan diharapkan mampu membentuk konselor-konselor yang unggul dalam menyesuaikan situasi dan kondisi di masa yang akan datang. Peneliti memiliki saran untuk beberapa pihak terkait :

### **1. Untuk Konselor**

Diharapkan konselor sekolah agar meningkatkan pemahaman untuk bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X ataupun saat menangani masalah lain. Hal ini mampu mendekatkan siswa terhadap guru BK dan mereka juga bisa nyaman

dalam menyampaikan pendapat ataupun masalah yang sedang dihadapi.

2. Untuk siswa

Diharapkan siswa dapat mengambil banyak manfaat dan dapat mengevaluasi masalah yang dihadapi dan mampu mengoreksi diri apa kekurangan yang membuat dirinya terhadap dalam hal apapun.

3. Untuk Peneliti

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tentang kepercayaan diri dan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk mengkaji lebih banyak dari sumber ataupun referensi yang terkait dengan apa yang akan diteliti. Peneliti selanjutnya diharapkan lebih mempersiapkan diri dalam proses pengumpulan dan pengambilan data sehingga mampu lebih baik lagi.