

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dari penelitian ini menghasilkan kesimpulan berdasarkan hasil dari rumusan masalah yang telah dibuat yaitu:

1. Bimbingan kelompok teknik diskusi terbukti efektif untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja di SMK Veteran 1 Tulungagung. Meskipun layanan bimbingan kelompok ini masih pertama kali diberikan namun telah memberikan pemahaman serta pengalaman baru kepada remaja mengenai bahayanya kecanduan *smartphone*.
2. Hasil presentasi dari penelitian ini dibuktikan menggunakan uji Independent Sampel T Test yaitu diperoleh  $t_{hitung}$  sebesar 17,906 >  $t_{tabel}$  sebesar 2.228 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 63,33 lebih rendah dari pada kelompok kontrol yang memiliki nilai sebesar 112,33. Sedangkan berdasarkan hasil perhitungan uji N-Gain Score untuk kelompok eksperimen 376,46% termasuk dalam kategori efektif. Sedangkan untuk rata-rata N-Gain Score pada kelompok kontrol adalah sebesar 10,97% termasuk dalam kategori kurang efektif. Dengan demikian maka dapat diketahui berdasarkan uji N-Gain Score nilai rata-rata kelompok eksperimen yang diberikan *treatment* lebih tinggi dari pada nilai rata-rata kelompok kontrol yang tidak diberikan *treatment*. Sehingga dapat dikatakan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik diskusi efektif untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja di SMK Veteran 1 Tulungagung.

Kecanduan *smartphone* pada remaja 16-18 tahun dapat mempengaruhi kualitas hidup individu sendiri, fokus penelitian ini lebih ditekankan pada bagaimana seorang remaja bisa mengendalikan diri untuk mencegah dirinya

sendiri dalam kecanduan *smartphone*, dengan menggali, memecah, serta membuka wawasan remaja mengenai bahaya kecanduan *smartphone*, maka dari itu penelitian ini lebih menekankan pada saling tukar pikiran dengan membuka ruang diskusi yang ramah dan demokratis kepada para siswa. dengan adanya penurunan kecanduan *smartphone* oleh remaja dari hasil yang didapatkan dari penelitian ini, diharapkan para remaja di SMK Veteran 1 Tulungagung akan lebih bisa berfikir secara rasional dan sadar dengan sesuatu yang manfaat dan yang mudharat bagi dirinya sendiri, seperti bisa mencegah kecanduan *smartphone* pada dirinya sehingga bisa hidup lebih produktif dan bisa memberikan pengaruh yang baik pada dirinya sendiri dan orang-orang disekitarnya dimasa depan.

## **B. Saran**

Pemberian bimbingan kelompok teknik diskusi serta layanan dalam bimbingan konseling lainnya sangat penting untuk dilakukan pengembangan ke arah yang lebih baik lagi, supaya didapatkan hasil yang lebih baik dan semaksimal mungkin. Oleh karena itu peneliti memiliki saran untuk berbagai pihak yaitu:

### **1. Bagi Konselor**

Diharapkan untuk konselor di Indonesia dapat mengembangkan dan menggunakan layanan bimbingan kelompok ke arah yang lebih baik lagi, terutama yang berkaitan dengan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja.

### **2. Bagi Prodi Bimbingan Konseling Islam**

Diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam ilmu pengetahuan yang ada dan mengembangkan teori bimbingan kelompok dengan teknik diskusi.

### **3. Bagi Pihak Sekolah**

Diharapkan seluruh sekolah bisa memberikan waktu yang lebih dan *intens* untuk konselor sekolah guna mengembangkan lagi sisi keilmuannya dan dapat digunakan untuk menjadi evaluasi mengenai program layanan yang berkaitan dengan bimbingan konseling.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dengan dilaksanakannya penelitian ini, maka dapat diharapkan kepada peneliti selanjutnya bahwa bisa lebih mengembangkan dan menggunakan penelitian ini sebagai acuan yang relevan dan sebagai bahan pembaharuan. Serta pada penelitian selanjutnya diharapkan mampu melihat sisi kekurangan dan kelebihan pada penelitian ini, dimana kekurangan tersebut terletak pada pelaksanaan waktu pemberian *treatmen* yang dirasa peneliti sendiri masih belum sesuai, teknik yang digunakan dalam layanan masih memiliki kekurangan seperti langkah-langkah diskusi yang masih belum terlaksana semuanya, dan dalam topik penelitian ini juga masih memiliki kekurangan yang membuat penelitian ini jauh dari kata sempurna. Peneliti menyadari, bahwa tulisan ini dibuat disaat pandemi covid-19 masih terjadi dan tentu menjadi salah satu faktor terjadinya masalah-masalah yang disebutkan diatas, Maka dengan demikian peneliti berharap supaya dapat diperbaiki lagi secara maksimal serta dapat dikembangkan hingga benar-benar menemukan suatu teori maupun layanan pemecahan masalah dengan teknik yang serupa yang tentu bisa bermanfaat untuk banyak orang nanti kedepannya.