

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 Kesimpulan

Hasil analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah nilai $J_{hitung} = 6$ dengan $\alpha = 0,05$ dan $N = 8$ maka diperoleh nilai $J_{tabel} = 4$. Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* diperoleh hasil bahwa $J_{hitung} > J_{tabel}$ dimana $6 > 4$, artinya hipotesis diterima. Data *pre-test self efficacy* siswa dalam era pembelajaran daring atau sebelum diberikan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* diperoleh skor rata-rata sebesar 69 sedangkan data *post-test self efficacy* siswa dalam era pembelajaran daring atau setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* diperoleh skor rata-rata sebesar 146. Artinya terjadi perubahan peningkatan *self efficacy* siswa dalam era pembelajaran daring sebesar 52,7%. Hal ini menunjukkan ada pengaruh layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* terhadap *self efficacy* di era pembelajaran daring pada siswa kelas VIII-1 MTs Negeri 2 Medan Tahun Ajaran 2020/2021 atau hipotesis dapat diterima.

Dengan adanya pengaruh layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* terhadap *self efficacy* siswa dalam era pembelajaran daring, maka layanan konseling kelompok merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang dapat meningkatkan *self efficacy* siswa dalam era pembelajaran daring saat ini yang berkaitan dengan aspek *level*, *strenght* dan *generally*.

1.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan dan keterbatasan peneliti selama pelaksanaan penelitian ini, maka ada beberapa saran yang dapat dikemukakan adalah sebagai berikut :

1. Bagi Pihak Sekolah

Diharapkan kepala sekolah untuk dapat mendukung serta memfasilitasi seluruh layanan bimbingan dan konseling, terkhusus pada permasalahan *self efficacy* siswa dalam belajar.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Diharapkan kepada guru bimbingan dan konseling untuk dapat menjadikan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* sebagai alternative layanan yang dapat digunakan di sekolah, khususnya dalam masalah *self efficacy*. Selain itu, diperlukannya perhatian lebih lanjut terhadap masalah-masalah yang berkaitan dengan *self efficacy* siswa dalam belajar guna membantu siswa dalam mencapai keberhasilan dalam belajarnya.

3. Bagi Siswa

Diharapkan kepada siswa dapat mempertahankan kategori *self efficacy* yang tinggi dan dapat mencapai keberhasilan dalam belajarnya. Siswa juga harus serius dalam mengikuti layanan bimbingan dan konseling lainnya.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan masukan dalam penelitian terkait dengan permasalahan yang sama. Dengan adanya keterbatasan-keterbatasan dalam penelitian ini,

diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan lebih baik lagi khususnya pada pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring*.

5. Bagi Tenaga Pendidikan

Diharapkan kepada kita semua khususnya tenaga pendidikan untuk memiliki kesadaran yang tinggi akan pentingnya menjaga kesehatan agar pembelajaran daring saat ini segera kembali ke pendidikan semula.

