

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dan analisis data yang telah disajikan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif terhadap kecanduan menggunakan smartphone siswa kelas VII SMP Dharma Pancasila Medan T.A 2021/2022. Hal tersebut dapat dilihat berdasarkan data berikut:

Berdasarkan hasil uji wilcoxon dapat diketahui berdasarkan hasil analisis data yaitu nilai $J_{hitung}=10$, nilai J_{tabel} untuk $N = 8$ dengan nilai $\alpha = 0,05$ adalah 4, sehingga dinyatakan bahwa nilai $J_{hitung} > J_{tabel}$ dimana $10 > 4$, maka dapat diartikan bahwa hipotesis penelitian diterima. Data *pre-test VI* kecanduan menggunakan smartphone diperoleh skor rata-rata sebesar 52,87 dan skor rata-rata *post-test VI* sebesar 47,87. Artinya terjadi penurunan kecanduan menggunakan smartphone sebesar 9%. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif terhadap kecanduan menggunakan smartphone siswa kelas VII SMP Dharma Pancasila Medan T.A 2021/2022

5.2 Saran

Sesuai dengan kesimpulan di atas, maka saran yang dapat peneliti berikan dalam penelitian ini antara lain ditujukan kepada:

1. Kepala Sekolah

Hendaknya penelitian ini dapat menjadi masukan dalam membantu mengatasi masalah kecanduan menggunakan smartphone yang dialami oleh siswa.

2. Guru Pembimbing (BK)

Hendaknya penelitian ini dapat dijadikan sebagai *assesment* dalam menyusun program BK dan menjadi referensi dalam melaksanakan layanan konseling dengan permasalahan kecanduan menggunakan smartphone.

3. Siswa SMP Dharma Pancasila Medan

Diharapkan dapat mengurangi dan memperbaiki pikiran yang berkaitan dengan kecanduan menggunakan smartphone.

4. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dalam meneliti permasalahan kecanduan menggunakan smartphone dengan teknik yang berbeda, atau menggunakan konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif.