

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Hasil uji Wilcoxon bertanda positif 4 dan jumlah tingkatan bertanda negatif 6. Oleh karena itu, jumlah tingkatan lebih banyak karena nilai J_{hitung} adalah 28. Dari tabel nilai dasar J untuk uji Wilcoxon-stamped level dengan $n=10$, $\alpha = 0.05$, didapatkan nilai $J_{tabel} = 8$. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa J_{hitung} lebih besar dari J_{tabel} dimana 28 lebih besar dari 8. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima dan didukung bahwa “Pemberian Layanan Konseling Kelompok Teknik *Self-management* efektif dalam meminimalisir perilaku phubbing pada siswa kelas XI BDP 1”. Sebelum diberikan layanan konseling kelompok teknik *self-management* memperoleh skor rata-rata *pre-test* sebesar 123,8, dan setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik *self-management* memperoleh skor rata-rata *post-test* sebesar 57,9, maka memperoleh selisih skor sebesar 65,9, artinya bahwa dari 10 orang siswa mengalami penurunan perilaku phubbing sebesar 53%.

Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan bahwa layanan konseling kelompok teknik *self-management* efektif dalam meminimalisir perilaku phubbing pada siswa kelas XI BDP 1 SMK Negeri 2 Balige T.A 2022/2023.

5.2. Saran

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

1) Bagi Pihak Sekolah

Diharapkan kepada kepala sekolah untuk dapat mendukung serta memfasilitasi seluruh kegiatan layanan Bimbingan dan Konseling sebagai salah satu kegiatan yang harus diperhatikan, terkhusus dalam hal pengendalian perilaku phubbing siswa.

2) Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Diharapkan kepada guru bimbingan dan konseling agar dapat menyesuaikan layanan bimbingan dan konseling yang sesuai dengan masalah ataupun kondisi yang dialami siswa, khususnya dalam hal perilaku phubbing dimana agar tidak semakin marak perilaku ini terjadi di lingkungan sekolah. Serta guru bimbingan dan konseling perlu juga memperhatikan perilaku phubbing tersebut dan dapat memberikan layanan konseling kelompok teknik *self-management*. Bagi siswa yang mengalami penurunan perilaku phubbing yang masih rendah perlu dilakukan layanan konseling sesuai dengan masalah yang dihadapi misalnya dengan melakukan konseling individual sesuai dengan masalah yang dialami masing-masing.

3) Bagi Siswa

Diharapkan siswa dapat mengendalikan perilaku phubbingnya dan juga siswa lebih serius lagi dalam mengikuti layanan-layanan bimbingan dan konseling di sekolah yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling, serta lebih produktif dalam kehidupan sosial.

4) Bagi Orang Tua

Diharapkan kepada orangtua untuk dapat memberikan arahan dan pemantauan yang ketat kepada seluruh anak-anaknya yang mengalami perilaku phubbing agar dapat mengendalikannya.

5) Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya, apabila ingin melakukan penelitian dengan masalah yang sama, maka diharapkan terlebih dahulu mempertimbangkan faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku phubbing antara lain seperti kecanduan ponsel, fear of missing out dan kontrol diri, dan indikator dari masing-masing variable serta layanan bimbingan dan konseling yang sesuai dengan permasalahan yang dialami subjek.