

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil analisis data dalam penelitian ini menunjukkan bahwa nilai $J_{hitung} = 1$ dengan $\alpha = 0,05$ dan $N = 4$ maka diperoleh $J_{tabel} = 0$. Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* diperoleh hasil bahwa $J_{hitung} > J_{tabel}$ dimana $1 > 0$.

Hasil *pre-test* menunjukkan rata-rata skor 112 untuk perilaku agresif sebelum menerima layanan konseling individu dengan menggunakan teknik pengendalian diri. Hasil *post-test* menunjukkan rata-rata skor 57 untuk perilaku agresif siswa setelah penggunaan teknik pengendalian diri, dengan selisih skor rata-rata sebesar 55. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh subjek mengalami penurunan rata-rata perilaku agresif sehingga menghasilkan skor. sebesar 49,10%. Hal ini menunjukkan bagaimana layanan konseling individual dapat mempengaruhi strategi pengendalian diri dan perilaku agresif pada siswa kelas XI SMA Katolik Tri Sakti Medan.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil analisis dan batasan yang ditemukan selama penelitian, berikut adalah beberapa saran yang bisa diajukan:

1. Bagi Pihak Sekolah

Ketika memberikan layanan bimbingan dan konseling, sekolah harus bekerja lebih erat dengan guru yang berspesialisasi dalam bidang ini. Selain itu, sekolah mengawasi pertumbuhan siswa bersama dengan staf bimbingan dan konseling.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

- a. Arahan dan pengarahan Untuk membantu siswa dalam menyelesaikan permasalahan, guru pada lembaga pendidikan harus dibekali untuk memberikan layanan nasehat dan konseling. Hal ini mencakup konseling individu dan mengajarkan keterampilan pengendalian diri untuk mengatasi masalah perilaku kekerasan yang berlebihan pada siswa.
- b. Selain itu, guru bimbingan dan konseling harus mampu mengikuti dan mengawasi pertumbuhan siswanya yang menunjukkan perubahan individu dalam perilaku non-agresif berdasarkan permasalahan yang mereka hadapi.

1. Bagi Siswa

Siswa dapat mengurangi perilaku agresif dalam lingkup sekolah maupun lingkungan sosial atau aspek tertentu.

2. Bagi Peneliti Ini

Bagi penelitian selanjutnya apabila ingin melakukan penelitian dengan hal yang sama maka perlu mempertimbangkan beberapa faktor yang tidak diteliti dalam penelitian ini misalnya faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku agresif. Antara lain faktor biologis maupun faktor psikologis seperti faktor kognitif dan faktor rasa tidak nyaman. Selain itu perlu dipertimbangkan hasilnya secara individual berdasarkan pada beberapa aspek yang diukur dari variabel yang diteliti.