BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan penelitian dan analisis data, diketahui bahwa nilai nilai *Asymp Sig. (2-tailed)* kurang dari 0,05 atau 0,012 < 0,05. Data juga menunjukkan bahwa skor rata-rata *pre-test* adalah 93 sementara skor rata-rata *post test* 60, dengan selisih sebesar 33 poin. Ini menunjukkan bahwa skor rata-rata post-test setelah diberikan perlakuan berupa layanan konsleing kelompok teknik *self - regulation of emotion* lebih rendah daripada skor *pre-test* sebelum diberikan perlakuan. Penurunan signifikan dalam perilaku agresif verbal sebesar 35% terjadi setelah diberikan perlakuan layanan konseling kelompok teknik *self-regulation of emotion* . hasil ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok teknik *self-regulation of emotion* memberikan dampak yang signifikan terhadap perilkau agresif verbal siswa kelas XI IPS di SMA Swasta Prayatna Medan, yang berarti hipotesis penelitian diterima.

5.2. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, sebagai tindak lanjut penelitian ini disarankan hal-hal berikut;

5.2.1. Bagi siswa : diharapkan siswa dapat terus melaksanakan teknik *self-regulation of emotion* dalam mengurangi perilaku agresif verbal yang dimilikinya baik secara mandiri ataupun bersama temannya. Diharapkan peserta didik dapat mengikuti seluruh kegiatan bimbingan konseling yang ada

disekolah dalam mengatasi segala permasalahan yang dimilikinya baik pribadi, belajar, sosial, maupun karir.

5.2.2. Bagi guru BK/Konselor : diharapkan dapat mempergunakan teknik self-regulation of emotion ini dalam layanan bimbingan dan konseling untuk mengurangi perilaku agresif verbal siswa disekolah , tidak hanya di kelas XI IPS saja namun diseluruh siswa SM Swasta Prayatna Medan. Selain itu guru Bk diharapkan lebih memperhatikan masalah-masalah siswa secara serius baik itu masalah pribadi , belajar maupun karir siwa.

5.2.3. Bagi peneliti selanjutnya : diharapkan dapat menggunakan teknik lainnya dalam mengurangi perilaku agresif verbal siswa untuk dibandingkan keefektifannya dan dapat menjadi referensi kepada seluruh mahasiswa/guru di bidang bimbingan dan konseling.