

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik permainan dialog efektif dalam menurunkan kecemasan karir siswa kelas XI FL Tobing SMA Negeri 15 Medan. Hasil analisis dalam uji Wilcoxon dari analisis data menunjukkan $J_{hitung} = 15$ untuk 8 responden, sedangkan $J_{tabel} = 4$ pada taraf signifikan 5% (0,05), yang berarti $J_{hitung} > J_{tabel}$ ($15 > 4$) artinya bahwa hipotesis diterima.

Selain itu, skor pre-test rata-rata diperoleh sebesar 82,125 sementara skor post-test rata-rata mencapai 59 dengan selisih perubahan skor rata-rata sebesar 23,125 dan mengalami penurunan kecemasan karir sebesar 28%. Temuan ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik permainan dialog memiliki pengaruh terhadap penurunan kecemasan karir siswa kelas XI FL Tobing di SMA Negeri 15 Medan.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, berikut adalah saran sebagai tindak lanjut penelitian ini :

1. Bagi Sekolah

Peneliti berharap pihak sekolah terus mendukung guru BK dalam memberikan bimbingan dan konseling kepada siswa, khususnya untuk mengurangi kecemasan karir siswa di masa depan.

2. Kepala Sekolah

Diharapkan kepala sekolah dapat membuat pedoman bagi guru BK untuk menerapkan layanan konseling kelompok dengan teknik permainan dialog dalam rangka mengurangi kecemasan karir siswa.

3. Guru BK

Guru BK harus meningkatkan kemampuan untuk menawarkan konseling kelompok dengan teknik permainan dialog. Guru BK juga harus memperhatikan siswa yang mengalami kecemasan terkait karirnya agar dapat diberikan bantuan yang sesuai dengan masalah siswa.

4. Siswa

Siswa diharapkan dapat mengurangi kecemasan terhadap karir sehingga tidak mengganggu proses perkembangan karir dan dapat meraih karir dan cita-cita sesuai dengan yang diinginkan.

5. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini perlu mempertimbangkan variabel lain yang belum diteliti seperti pengalaman negatif, pemikiran yang tidak rasional, dan ketidakmampuan mengasah diri. Selain itu juga diharapkan selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan memperhatikan faktor individual dari masing-masing responden.