

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang upaya meningkatkan harga diri (*self-esteem*), secara umum dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individual *cognitive – behavior therapy* dapat dijadikan sebagai suatu upaya untuk meningkatkan harga diri (*self-esteem*) yang dimiliki oleh siswa.

Adapun rata – rata yang diperoleh sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling individual *cognitive – behavior therapy* yaitu 53,33 menjadi 98, dapat dikatakan bahwa harga diri (*self-esteem*) siswa meningkat sebanyak 84%. Perhitungan $J_{hitung} = 37,54$ dengan $\alpha = 0,05$ dan $n = 3$ maka berdasarkan tabel nilai $J_{tabel} = 0$. Dengan demikian $J_{hitung} > J_{tabel} = (37,54 > 0)$. Jadi, dapat disimpulkan bahwa “Ada Pengaruh Layanan Konseling Individual *Cognitive – Behavior Therapy* Terhadap Harga Diri (*Self-Esteem*) Siswa Di Kelas XI Semester I Tahun Ajaran 2016/2017”.

5.2 Saran

a) Lembaga Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dipergunakan manajemen sekolah sebagai pengembangan pelayanan bimbingan konseling dan sebagai salah satu masukan penyempurnaan kurikulum dimasa yang akan datang khususnya pelaksanaan bimbingan dan konseling di MAS Miftahussalam Medan

b) Guru BK

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan Guru BK sebagai bahan kajian mengevaluasi dan mengembangkan pelaksanaan bimbingan konseling di sekolah.

c) Peneliti Berikutnya

Memberikan gambaran pengalaman praktis dalam suatu penyelenggaraan penelitian, sehingga peneliti berikutnya dapat mengembangkannya dengan teknik yang berbeda dalam riset, serta diharapkan dapat menambah pengalaman dan wawasan.