

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pemberian layanan konseling kelompok dengan pendekatan RET teknik *live model* terhadap tingkat kecemasan karir mahasiswa. Hasil perhitungan pada kelompok perlakuan diperoleh  $J_{hitung} = 3$ , dengan  $\alpha = 0,05$  dan  $n = 7$ , maka berdasarkan daftar,  $J_{tabel} = 2$ . Dari data tersebut terlihat bahwa  $J_{hitung}$  lebih kecil dari  $J_{tabel}$  ( $2 < 3$ ). Karena  $J$  hitung lebih kecil dari  $J$  tabel, maka hipotesis  $H_0$  ditolak hal ini diperkuat dengan persamaan rumus  $Z$ . Karena nilai  $z$  hitung adalah  $-2,52$  dan itu lebih kecil dari nilai  $z$  tabel yaitu  $-1,96$ . Maka hipotesis ditolak artinya ada perbedaan antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan sehingga tingkat kecemasan karir mahasiswa sesudah mengikuti layanan konseling kelompok dengan pendekatan RET teknik *live model* lebih rendah dari sebelum mengikuti layanan konseling kelompok dengan pendekatan RET teknik *live model*.

#### B. Saran

Adapun saran yang dapat dikemukakan penulis dalam penelitian ini adalah:

- a) Bagi pihak Fakultas Ilmu Pendidikan agar lebih memperhatikan kecemasan karir yang dialami mahasiswa dengan cara

mengadakan seminar-seminar ataupun pelatihan bagi para mahasiswa, agar para mahasiswa lebih dapat mempersiapkan diri menghadapi persaingan dalam dunia kerja.

- b) Untuk para Dosen hendaknya memberikan beberapa informasi terkait dengan persiapan menghadapi dunia karir bagi mahasiswa BK disela-sela jam mengajar sehingga kecemasan karir yang dialami mahasiswa dapat berkurang.
- c) Kepada peneliti lain yang menaruh perhatian untuk meneliti tentang kecemasan karir mahasiswa agar lebih memperhitungkan aspek-aspek lain yang memiliki hubungan dengan masalah yang terjadi dilingkungan Universitas.
- d) Untuk para mahasiswa hendaknya dapat meningkatkan kemampuan dirinya (soft skill maupun hard skill) agar mampu bersaing dengan para sarjana yang lain.