

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.