

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotif terapi terhadap ketergantungan gadget pada siswa SMP kelas VIII-2 di sekolah SMP Negeri 17 Medan Tahun Ajaran 2016/2017, hal ini di ketahui dari hasil *pre-test* mempunyai rata-rata (M) = 72,63 dan standar deviasi (SD) = 17,35 sedangkan *post-test* rata-rata (M) = 110 dan standar deviasi (SD) = 7,9 dan hasil analisa data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah nilai hitung =14,5 dengan $\alpha = 0,05$ dan $n= 8$. Maka berdasarkan daftar , J tabel = 4. Dari data tersebut terlihat bahwa $J_{hitung} > J_{Tabel}$ dimana $14,5 > 4$. Artinya skor rata-rata siswa setelah mendapat layanan konseling kelompok pendekatan rasional emotif terapi lebih tinggi daripada sebelum mendapat layanan konseling kelompok teknik pendekatan rasional emotif terapi. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dapat diterima.

5.2 Saran- Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka sebagai saran yang bisa dikemukakan penulis dalam penelitian ini adalah:

1. Bagi pihak sekolah disarankan agar membuat program-program dan memberikan fasilitas sarana prasarana bimbingan konseling yang menarik dan agar tujuan yang diharapkan dapat tercapai secara optimal.

2. Bagi Guru BK di sekolah mengingat bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotif dapat mengurangi ketergantungan gadget pada siswa, maka selayaknya layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotif dapat digunakan dalam menangani ketergantungan gadget yang terjadi pada siswa disekolah.
3. Bagi siswa/i yang masih memiliki ketergantungan gadget tinggi seharusnya lebih bergiat untuk menerapkan hal-hal kegiatan positif dan mengikuti layanan bimbingan konseling yang diadakan guru BK nya di sekolah.
4. Bagi masyarakat diharapkan lebih mengawasi anaknya terhadap penggunaan gadget karena dapat mempengaruhi perkembangan anak dan prestasi belajar anak.
5. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat lebih menyempurnakan kekurangan dalam pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotif terapi ini. Penelitian ini tidak luput dari kekurangan yang dikarenakan oleh keterbatasan. Adapun kekurangan dalam penelitian ini adalah karena adanya keterbatasan waktu, kurangnya kemampuan peneliti dalam memberikan motivasi agar siswa yang menjadi anggota konseling kelompok dapat berfikir lebih luas dan lebih aktif lagi.