

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

- a. Hasil *pre test* pada empat konseli disimpulkan bahwa keempat konseli sebelum mendapatkan perlakuan berupa layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* berada pada kondisi memiliki stereotip antarsuku yang tinggi.
- b. Hasil *post test* pada layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* dapat meminimalisir stereotip antarsuku pada siswa bahwa keempat konseli berada dalam kategori stereotip yang sangat rendah yaitu dengan rata-rata skor kenaikan rata-rata sekitar 42%.
- c. Ditemukannya perbedaan stereotip antarsuku yang dimiliki siswa sebelum dan sesudah mendapatkan layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy*. Konseli mengalami penurunan stereotip antarsuku dengan perbedaan antara *pre test* dan *post test*. Hasil ini didukung oleh teori yang menyatakan bahwa tujuan dari konseling individual mencegah/mengentaskan permasalahan yang dialaminya, dengan pengambilan keputusan yang dilakukan oleh klien sendiri. Maka dapat disimpulkan bahwa konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* dapat meminimalisir stereotip antarsuku pada siswa SMP Swasta Puteri Sion Medan Tahun Ajaran 2017/2018.

## 5.2.Saran

Berdasarkan hasil penelitian “Meminimalisir Stereotip Antarsuku Melalui Konseling Individual Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* pada Siswa SMP Swasta Puteri Sion Medan Tahun Ajaran 2017/2018”, maka dapat diajukan beberapa saran yaitu:

### 1. Bagi Konseli

Untuk keempat konseli disarankan untuk dapat mempertahankan pemikiran rasional barunya yang telah terbentuk setelah melakukan konseling dibentuk setelah dilakukan konseling dan memikirkan suatu hal yang berupa dampak apabila membuat pemikiran negative.

### 2. Untuk Sekolah

Diharapkan meningkatkan pelayanan konseling, perlu diupayakan adanya tenaga konselor yang memahami penanganan masalah stereotip antarsuku dengan teknik-teknik maupun pendekatan yang ada di bimbingan konseling, misalnya Pendekatan Rasional Emotif, salah maupun Pendekatan *Cognitif Behaviour Therapy (CBT)* sehingga kognisi (pola pikir) dan tingkah laku siswa juga dapat diubah menjadi lebih baik lagi.

### 3. Peneliti Lebih Lanjut

Peneliti lebih lanjut disarankan untuk menggunakan alat yang lebih baik dan tepat dalam pengumpulan data untuk kepentingan dokumentasi sehingga mendapatkan hasil penelitian yang lebih maksimal, juga perlu mempertimbangkan factor-faktor yang menyebabkan responden mengalami perubahan yang sedikit. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan melakukan

kegiatan konseling individual ditempat yang lebih aman dan nyaman guna menghindari kebisingan yang dapat mengganggu proses konseling.

#### 4. Guru BK

Diperlukan adanya pendekatan lain yang diberikan oleh guru Bk, agar permasalahan yang terjadi pada siswa dapat teratasi khususnya yang sama dengan permasalahan dalam penelitian ini.