

BAB V

Kesimpulan dan Saran

5.1. Kesimpulan

Hasil analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah nilai J hitung = 0 dengan $\alpha = 0,05$ dan $n = 6$ sehingga nilai J tabel adalah 0. Dari data tersebut terlihat bahwa $J_{hitung} > J_{tabel}$ dimana $10 > 0$. Data pre-test atau sebelum pemberian layanan konseling kelompok teknik *self-management* diperoleh skor rata-rata 142,5 sedangkan data post-test atau setelah pemberian layanan konseling kelompok teknik *self-management* diperoleh skor rata-rata 77,6. Selisih dari skor rata-rata pre-test dan post-test sebesar 64,8 dan perubahan penurunan interval perilaku agresif siswa setelah diberi layanan konseling kelompok teknik *self-management* sebesar 45,54%. Artinya skor rata-rata siswa setelah mendapat layanan konseling kelompok teknik *self-management* lebih rendah daripada sebelum mendapat layanan konseling kelompok teknik *self-management*

5.2. Saran

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

1. Bagi Kepala Sekolah

Diharapkan kepada kepala sekolah dapat menggerakkan guru bimbingan dan konseling untuk menerapkan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self-management* dalam mengurangi perilaku agresif siswa.

2. Bagi Siswa

Disarankan kepada siswa lebih mampu untuk mengontrol emosi agar tidak menimbulkan perilaku agresif yang dapat berdampak buruk bagi diri sendiri maupun orang lain.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan kepada peneliti lain untuk meneliti perilaku agresif dengan menggunakan layanan konseling kelompok melalui teknik yang lain, dan memperhatikan faktor-faktor yang dapat menyebabkan terjadinya perubahan yang kecil.

