

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 $n = 10$ sehingga nilai J_{tabel} adalah 8. Dari data tersebut terlihat bahwa $J_{hitung} < J_{tabel}$ dimana $0 < 8$. Data pre-test atau sebelum pemberian layanan konseling kelompok pendekatan eklektik diperoleh skor rata-rata 79,7 sedangkan data post-test atau setelah pemberian layanan konseling kelompok pendekatan eklektik diperoleh skor rata-rata 47,9, selisih dari skor rata-rata pretest dan posttest sebesar 31,8 dan perubahan penurunan interval kecemasan berbicara di depan kelas setelah diberi layanan konseling kelompok pendekatan eklektik sebesar 39,89 %. Artinya skor rata-rata siswa setelah mendapat layanan konseling kelompok pendekatan eklektik lebih rendah daripada sebelum mendapat layanan konseling kelompok pendekatan eklektik.

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 eklektik dalam rangka mengurangi kecemasan siswa di depan kelas.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Disarankan kepada guru bimbingan dan konseling untuk meningkatkan pelayanan konseling kelompok terutama konseling kelompok dengan pendekatan eklektik dalam menurunkan tingkat kecemasan berbicara di depan kelas.

3. Bagi Siswa

Disarankan kepada siswa agar lebih percaya diri dalam berbicara dengan orang-orang sekitarnya dan berusaha mengurangi kecemasan yang dialami diri sendiri dengan mengubah pemikirannya yang irasional menjadi rasional.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan kepada peneliti lain untuk meneliti kecemasan berbicara di depan kelas dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan yang lain, dan memperhatikan faktor-faktor yang dapat menyebabkan terjadinya perubahan yang kecil.

