

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa data dalam penelitian ini yaitu nilai hitung= 10 dengan $\alpha = 0.05$ dan $n = 6$, maka berdasarkan nilai kritis J pada uji *Wilcoxon* = 0, terlihat bahwa $J_{hitung} > J_{Tabel}$ dimana $10 > 0$. Artinya hipotesis diterima, ada pengaruh pemberian layanan konseling kelompok pendekatan eksisensial-humanistik terhadap harga diri siswa pada kelompok eksperimen. Data *pre-test* pada kelompok eksperimen diperoleh rata-rata *test* awal (*pre-test*) resiliensi mahasiswa Malaysia tahun pertama adalah sebesar 81.8 dan *test* akhir (*post-test*) diperoleh rata-rata resiliensi mahasiswa Malaysia tahun pertama adalah sebesar 114.17 dengan selisih 32.33. Artinya skor rata-rata siswa setelah mendapat layanan konseling kelompok teknik *self-instruction training* lebih tinggi daripada sebelum mendapat layanan.

Dengan adanya pengaruh pemberian layanan konseling kelompok teknik *self-instruction training* terhadap peningkatan resiliensi mahasiswa Malaysia tahun pertama di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Kota Medan, maka layanan konseling kelompok teknik *self-instruction training* ini merupakan salah satu layanan dalam BK yang mampu meningkatkan resiliensi mahasiswa.

B. Saran-Saran

1. Disarankan kepada mahasiswa terutama prodi BK sebagai calon guru BK agar dapat mencari alternative pelayanan, pelatihan, teknik serta pendekatan yang lain bagi mempertingkatkan lagi kemampuan resiliensi.
2. Disarankan pihak universitas terutama pihak yang bersangkutan dengan bidang konseling hendaknya memperhatikan dan mengadakan lebih banyak kegiatan-kegiatan yang dapat meningkatkan resiliensi mahasiswa sehingga mahasiswa dapat dengan sukarela mengikuti kegiatan, termotivasi dan dapat meningkatkan resiliensi diri masing-masing.
3. Untuk subjek penelitian, setelah ditemukan bahwa ada pengaruh layanan konseling kelompok teknik self-instruction trainin terhadap peningkatan resiliensi untuk mengikuti kegiatan seperti layanan konseling kelompok dengan serius.
4. Disarankan kepada pihak yang berminat untuk melakukan penelitian lanjutan dari penelitian ini.