

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian peneliti menyimpulkan bahwa terdapat Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik *Self Management* terhadap Disiplin Belajar pada Siswa Kelas VII 2 SMP Negeri 22 Medan Tahun Ajaran 2019/2020. Artinya hipotesis diterima. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis data dalam penelitian ini, yaitu  $J_{hitung} = 15$ , dengan  $\alpha = 0,05$  dan  $n = 10$ , maka berdasarkan daftar,  $J_{tabel} = 8$ . Dari data tersebut terlihat bahwa  $J_{hitung} > J_{Tabel}$  dimana  $15 > 8$ , artinya hipotesis diterima. Data yang dapat memperkuat adanya peningkatan skor disiplin belajar pada siswa adalah dengan melihat skor *pre-test* diperoleh rata-rata 89,4, sedangkan data *post-test* setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok teknik *self management* diperoleh rata-rata sebesar 103,3. Artinya skor rata-rata siswa setelah mendapat bimbingan kelompok teknik *self management* lebih tinggi daripada sebelum mendapat bimbingan kelompok teknik *self management*. Perubahan peningkatan interval disiplin belajar setelah diberi bimbingan kelompok teknik *self management* sebesar 15,54 %. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh bimbingan kelompok teknik *self management* terhadap disiplin belajar pada siswa kelas VII-2 SMP Negeri 22 Medan tahun ajaran 2019/2020.

Adapun keunggulan bimbingan kelompok teknik *self management* sehingga dapat meningkatkan disiplin belajar siswa yaitu, layanan ini lebih menekankan pada belajar mengelola dirinya sendiri melalui apa yang akan ditujunya atau ditargetkan

oleh siswa untuk kedepannya agar lebih baik lagi sesuai keinginan dan kemauannya sendiri untuk meningkatkan disiplin belajar pada dirinya.

Dengan adanya pengaruh tersebut, maka bimbingan kelompok teknik *self management* merupakan salah satu metode dalam BK yang mampu mengatasi disiplin belajar siswa yang rendah.

## 5.2 Saran

Adapun saran yang dapat dikemukakan peneliti adalah:

1. Bagi siswa diharapkan mampu meningkatkan disiplin belajar, diharapkan berdampak positif pada hasil belajar yang optimal.
2. Bagi guru BK SMP Negeri 22 Medan
  - a. Guru BK perlu melaksanakan bimbingan kelompok teknik *self management* guna memberikan bantuan yang dalam meningkatkan disiplin belajar pada siswa, untuk ini sebaiknya bimbingan kelompok teknik *self management* ini dilaksanakan dan dilakukan secara berkelanjutan dalam membantu siswa mengatasi masalahnya, terutama yang berhubungan dengan disiplin belajar yang rendah..
  - b. Guru BK perlu memperhatikan BI yang memiliki perubahan rendah/ kecil untuk kemudian dilakukan layanan bimbingan konseling lain sesuai kebutuhan seperti konseling individual dan konseling kelompok.
3. Bagi peneliti lain
  - a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan sumber referensi agar dapat mengembangkan dan lebih memaksimalkan penelitian berikutnya di bidang yang sama terutama untuk meningkatkan

disiplin belajar pada siswa menggunakan bimbingan kelompok teknik *self management*.

- b. Bagi peneliti lain, apabila akan melakukan penelitian dengan masalah yang sama, agar mempertimbangkan faktor responden secara individual yang menyebabkan terjadinya perubahan kecil, misalnya dengan menggunakan layanan bimbingan konseling yang lain dan mempertimbangkan aspek-aspek ataupun indikator dari masalah yang akan diteliti pada setiap responden.

