

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil analisis data yang telah diperoleh menunjukkan bahwa skor J_{hitung} adalah 218,5 dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dan jumlah sampel (n) sebanyak 30. Berdasarkan hasil *uji wilcoxon*, ditemukan bahwa nilai J_{hitung} lebih besar dari pada J_{tabel} , yaitu $218,5 > 137$. Data skor rata-rata *pre-test* kejenuhan belajar siswa sebelum diberikan layanan penguasaan konten teknik visualisasi kreatif adalah sebesar 74, sedangkan skor rata-rata *post-test* setelah pemberian layanan adalah sebesar 48,3. Dari data ini, diperoleh selisih perubahan skor kejenuhan belajar sebesar 25,5. Hal ini menunjukkan bahwa dari 30 subjek penelitian, terjadi penurunan skor kejenuhan belajar siswa sebesar 34,4%. Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari layanan penguasaan konten teknik visualisasi kreatif terhadap kejenuhan belajar pada siswa kelas VIII-3 SMP Negeri 2 Berastagi.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti memiliki beberapa saran yang dapat diajukan sebagai berikut:

1) Pihak Sekolah

Disarankan kepada pihak sekolah untuk menyediakan sarana dan memberikan kesempatan kepada guru bimbingan konseling untuk melaksanakan program layanan bimbingan konseling yang telah direncanakan.

2) Bagi Guru Bimbingan Konseling

Disarankan kepada guru bimbingan konseling untuk menganggap layanan penguasaan konten teknik visualisasi kreatif sebagai salah satu pilihan layanan alternatif, terutama untuk mengatasi masalah kejenuhan belajar. Selain itu, perlu adanya tindakan lanjut terkait masalah kejenuhan belajar.

3) Bagi Siswa

Disarankan kepada siswa untuk aktif mengikuti kegiatan bimbingan konseling, khususnya layanan penguasaan konten teknik visualisasi kreatif, guna mengurangi tingkat kejenuhan belajar. Siswa yang telah mengalami penurunan tingkat kejenuhan belajar yang signifikan juga diharapkan untuk mempertahankan dan mencegah terjadinya kejenuhan belajar.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk menggunakan penelitian ini sebagai masukan dan referensi dalam meneliti masalah kejenuhan belajar. Selain itu, diharapkan penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kejenuhan belajar siswa, seperti variasi metode belajar dan suasana belajar yang monoton.