

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh layanan konseling kelompok eklektik terhadap mengurangi stress pada anak berprestasi belajar tinggi pada siswa kelas XI SMA Negeri 8 Medan Tahun Ajaran 2014/2015, berdasarkan hasil pre –test perhitungan data yang diperoleh dari penelitian , ditentukan stress pada anak berprestasi belajar kategori rendah 8 orang dan kategori tinggi 9 orang yang akan dijadikan subjek penelitian. Skor siswa tersebut antara lain 1,8,11,13,14,16,25, 28, dengan rata- rata 52 hal ini diketahui dari hasil perhitungan diperoleh harga $t_{hitung} > t_{tabel}$ yaitu = **0,432** > 0,361. Maka hipotesa yang menyatakan, terdapat pengaruh yang signifikan dalam layanan konseling kelompok eklektik dapat mengurangi stress pada anak berprestasi belajar tinggi siswa di kelas XI SMA Negeri 8 Medan Tahun Ajaran 2014/2015, dapat diterima.

5.2 Saran-saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti mengajukan beberapa saran yaitu :

1. Diharapkan guru BK lebih peduli dalam upaya mengurangi stress pada anak berprestasi yang mengalami stress dalam bidang belajarnya, melalui kegiatan konseling kelompok eklektik.

2. Guru BK hendaknya mampu melaksanakan konseling kelompok eklektik dengan langkah yang tepat, sehingga bisa mengenali siswa yang membutuhkan layanan konseling kelompok.
3. Sekolah hendaknya lebih mendukung konselor untuk menyediakan sarana dan prasarana yang memadai seperti; ruang bimbingan agar siswa lebih terbuka dalam menceritakan masalahnya.
4. Diharapkan kepada siswa untuk aktif mengikuti berbagai program BK yang dibuat oleh sekolah agar siswa dapat menyelesaikan masalah- masalah yang dihadapinya. Terutama kegiatan konseling kelompok eklektik dalam mengurangi stress pada siswa berprestasi belajar tinggi.
5. Mengingat bahwa layanan konseling kelompok eklektik dapat mengurangi stress pada anak berprestasi belajar tinggi maka selayaknya layanan konseling kelompok eklektik secara kontinu tetap dilaksanakan.
6. Bagi peneliti selanjutnya dapat menyempurnakan kekurangan yang ada dalam pelaksanaan konseling kelompok eklektik. Dalam hal ini frekuensi konseling kelompok pun dapat ditambahi lagi pertemuanya agar masalah yang dihadapi oleh siswa dapat terbantu.