

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan pada Bab IV mengenai pengaruh layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII di SMPN 5 Kota Solok, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Kondisi Kepercayaan Diri Siswa Sebelum Layanan (*Pre-test*).

Kondisi awal kepercayaan diri siswa kelas VII di SMPN 5 Kota Solok pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berada pada kategori "**Sedang**". Hal ini ditunjukkan dengan rata-rata skor kelompok eksperimen sebesar 58,60 dan kelompok kontrol sebesar 55,13. Pada tahap ini, siswa di kedua kelompok cenderung masih ragu-ragu dalam bertindak dan memiliki hambatan dalam mengekspresikan diri di lingkungan sekolah.

2. Kondisi Kepercayaan Diri Siswa Sesudah Layanan (*Post-test*)

Setelah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, terdapat perbedaan kondisi yang sangat kontras antara kedua kelompok. Kelompok eksperimen mengalami transformasi signifikan ke kategori "**Sangat Tinggi**" dengan rata-rata skor mencapai 95,1. Sementara itu, kelompok kontrol yang tidak mendapatkan layanan tetap berada pada kategori "**Sedang**" dengan rata-rata skor 64,47.

3. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Kepercayaan Diri

Layanan bimbingan kelompok terbukti secara empiris berpengaruh meningkatkan kepercayaan diri siswa secara signifikan. Hal ini dibuktikan melalui Kelompok eksperimen mengalami peningkatan sebesar **62,3%**, jauh melampaui kelompok kontrol yang hanya mengalami peningkatan alami sebesar 16,9%.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak terkait:

1. Guru Bimbingan dan Konseling (BK):
 - a. Optimalisasi Layanan Guru BK di SMPN 5 Kota Solok disarankan untuk menjadikan layanan bimbingan kelompok sebagai salah satu strategi preventif dan kuratif utama dalam menangani masalah kepercayaan diri siswa, terutama bagi siswa baru (kelas VII) yang sedang dalam masa adaptasi.
 - b. Variasi Teknik. Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, guru BK hendaknya terus berinovasi dalam menggunakan teknik-teknik kreatif di dalam dinamika kelompok agar siswa tidak merasa jenuh dan lebih terstimulasi untuk berpartisipasi aktif.
 - c. Pemantauan Berkelanjutan. Diharapkan guru BK dapat melakukan pemantauan pasca-layanan secara berkala untuk memastikan bahwa peningkatan kepercayaan diri yang telah dicapai siswa dapat terjaga secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari di sekolah.

2. Kepala Sekolah dan Pihak Manajemen Sekolah:

- a. Dukungan Fasilitas. Pihak sekolah diharapkan memberikan dukungan penuh dalam hal penyediaan waktu dan fasilitas yang memadai bagi pelaksanaan layanan bimbingan kelompok secara rutin.
- b. Kebijakan Strategis. Sekolah dapat mengintegrasikan program pengembangan kepribadian melalui bimbingan kelompok ke dalam agenda rutin sekolah guna menciptakan iklim lingkungan belajar yang lebih positif dan suportif bagi perkembangan mental siswa.

3. Peserta Didik:

- a. Keaktifan Diri. Siswa disarankan untuk lebih terbuka dan berani memanfaatkan layanan bimbingan kelompok sebagai sarana untuk mengeksplorasi potensi diri dan melatih kemampuan sosial mereka.
- b. Penerapan Nilai. Siswa diharapkan dapat mengaplikasikan sikap mandiri dan keberanian berpendapat yang telah dilatih dalam kelompok bimbingan ke dalam interaksi nyata dimanapun berada.

4. Peneliti Selanjutnya:

- a. Perluasan Subjek. Peneliti selanjutnya dapat mencoba melakukan penelitian serupa dengan jumlah sampel yang lebih besar atau pada jenjang pendidikan yang berbeda untuk memperkaya generalisasi temuan.
- b. Variabel Terkait. Disarankan untuk meneliti efektivitas bimbingan kelompok dengan mengaitkannya pada variabel lain seperti prestasi akademik, kecemasan sosial, atau kemampuan penyesuaian diri secara lebih spesifik.

DAFTAR PUSTAKA

- Asy-Syawi, S. M. bin S. (2013). *An-Nafahat Al-Makkiyah*. Darul Minhaj.
- Creswell, J. (2013). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Pustaka Pelajar.
- Derry, I. dan J. E. (2020). *Satu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri*. PT. Elex Media Komputindo.
- Folastri, S., Rangka, I. B., & Rahmania, A. (2021). *Prosedur Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok* (Vol. 4, Issue 2).
- Hakim, T. (2005). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Puspa Swara.
- Hartinah, S. (2009). *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. PT. Refika Aditama.
- Hidayat, A. (n.d.). *Mann Whitney U Test*. Statistikian. <https://www.statistikian.com/2014/04/mann-whitney-u-test.html>
- Imam Ibnu Katsir. (2015). *Tafsir Surat Ali Imran Ayat 159*. Ibnukatsironline.Com. <http://www.ibnukatsironline.com/2015/04/tafsir-surat-ali-imran-ayat-159-164.html>
- Kementerian Agama RI. (n.d.). *Tafsir Penting Berkaitan Surat Ali 'Imran Ayat 159*. Tafsirweb.Com. <https://tafsirweb.com/1291-surat-ali-imran-ayat-159.html>
- Larassati, R., Astuti, L. P., & Yogyakarta, U. (2017). Peningkatan Percaya Diri Siswa Menggunakan. *Basic Education*, 1(1),.
- Lauster, P. (2012). *Tes Kepribadian (Personality Test)* (D. H. . Gulo (trans.). Bumi Aksara.
- Lrassati, R., & Yusmansyah & Utaminingsih, D. (2015). *Peningkatan percaya diri siswa menggunakan layanan bimbingan kelompok*. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(3), 1–10. <https://doi.org/https://pasca.um.ac.id/conferences/index.php/snbk/article/view/225/0>
- Moore, C. (2016). Albert Bandura: *Efikasi Diri & Psikologi Positif Agen*. Positivepsycholog. <https://positivepsychology.com/bandura-self-efficacy/#:~:text=Bandura's self-efficacy theory emphasizes,%2C impacting personal growth %26 achievement.>

- Mugiarso, H. (2004). *Bimbingan dan Konseling*. UPT MKDK UNNES.
- Noviantoro, I., & Saloom, G. (2019). *Pengaruh Self Esteem, Optimisme, dan Dukungan Sosial*. *Dialog*, 42(1), 69–80. <https://jurnaldialog.kemenag.go.id/index.php/dialog/article/view/322>
- Prayitno. (1995). *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil) (1st ed.)*. Ghalia Indonesia.
- Putri, C. A. (2020). *Prosedur kelompok dalam konseling*. Diklat, 4.
- Ridwan. (2019). *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru dan Karyawan dan Peneliti Pemula (11th ed.)*. Alfabeta.
- Romlah, T. (2001). *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Universitas Negeri Malang.
- Rukajat, A. (2018). *Pendekatan penelitian kuantitatif: (quantitative research approach)*. Deepublish.
- Rukminingsih, D. (2020). *Metode Penelitian Pendidikan Penelitian Kuantitatif, Penelitian Kualitatif, Penelitian Tindakan Kelas*. Erhaka Utama.
- Rusmana, N. (2009). *Bimbingan Konseling Kelompok di Sekolah*. Rizki Press.
- Santrock, W. J. (2007). *Perkembangan Anak (Kesebelas)*. Erlangga.
- Setianingsih, E. S. dkk. (2014). *Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Teknik Pemecahan Masalah Untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa*. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(2), 76–82.
- Sisca Folastris, & I. B. R. (2016). *Prosedur Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Panduan Praktis Menyeluruh) (edisi Pertama, Issue November)*. Mujahid Press.
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D)*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Suharsimi, A. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Sujarweni, dan E. (2012). *Statistika untuk Penelitian*. Graha Ilmu.
- Sukardi, D. K. (2000). *Manajemen Pendidikan*. PT. Rajagrafindo Persada.

- Susetyo, B. (2010). *Statistika untuk Analisis Data Penelitian*. Refika Aditama.
- Widyaastuti, Y. (2014). *Psikologi Sosial*. Graha Ilmu.
- Widyaningtyas, D., & Farid, M. (2015). *Pengaruh Experiential Learning Terhadap Kepercayaan Diri Dan Kerjasama Tim Remaja*. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(03), 237–246. <https://doi.org/10.30996/persona.v3i03.413>
- Yasmin, Z. (2016). *Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Komunikasi Teman Sebaya Di Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan Tahun Jaran 2015/2016*. Skripsi, 136.
- Yusuf, M. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Penelitian Gabungan*. PT fajar Interpretama Mandiri.