

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian yang telah dilaksanakan mengenai pengaruh layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self management* pada kedisiplinan belajar siswa SMKN 1 Tana Toraja, dapat disimpulkan bahwa penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* memberikan pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan tingkat kedisiplinan belajar siswa. Bukti dari kesimpulan itu adalah melalui peningkatan skor kedisiplinan belajar yang diperoleh siswa setelah mengikuti layanan intervensi, sebagaimana terlihat dari hasil perbandingan pretest dan posttest. Analisis statistik menggunakan *Paired Sample t-Test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Temuan ini didukung oleh statistik deskriptif yang menunjukkan peningkatan rata-rata skor disiplin belajar secara substansial, yaitu dari 70,25 pada tahap *pretest* menjadi 80,37 pada tahap *posttest*. Selisih rata-rata sebesar 10 poin ini mengindikasikan adanya perubahan positif yang nyata pada perilaku disiplin belajar siswa setelah intervensi. Teknik *self management* mampu membantu siswa dalam mengatur perilaku, mengendalikan emosi dan rangsangan, serta memberi penghargaan kepada diri sendiri sebagai upaya mandiri dalam meningkatkan disiplin belajar. Penerapan

layanan ini tidak hanya memberikan dampak positif terhadap aspek kedisiplinan, namun juga meningkatkan kemandirian dan rasa tanggung jawab peserta didik pada pembelajaran.

B. Saran

Sesuai dengan data yang sudah didapatkan pada penelitian ini, maka penulis mengusung 2 saran yang peneliti paparkan yang bisa untuk diperhatikan:

1. Guru Bimbingan dan Konseling (BK) perlu untuk mengintegrasikan teknik *self management* dan mengembangkan bermacam-macam teknik *self management* dalam konseling kelompok secara rutin baik dalam kegiatan pembelajaran maupun pelaksanaan bimbingan konseling kelompok. Hal tersebut bisa menolong peserta didik mengembangkan kedisiplinan peserta didik dalam belajar mereka secara berkelanjutan.
2. Sebagai objek penelitian, peserta didik di harapkan dapat mengimplementasikan teknik yang telah di paparkan dalam penulisan ini, sehingga para peserta didik mampu mengontrol, mengatur, dan terstruktur dalam proses pembelajarannya.
3. Sekolah yang menjadi tempat dalam proses pemberian layanan, di harapkan untuk terus mendukung pelaksanaan layanan tersebut melalui penyediaan sarana dan prasarana yang memadai sehingga

proses layanan yang di lakukan guru BK secara umum di sekolah dapat berjalan dengan efektif dan lancar.

4. Peneliti menyarankan hasil studi ini dapat memberi arah bagi siapa pun yang akan mengembangkan minat belajar siswa dalam belajar dengan teknik yang di teliti oleh peneliti.