

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individual dengan teknik konseling realitas dalam meningkatkan percaya diri di SMK Negeri 2 Gunungsitoli cukup berpengaruh.

Berdasarkan perhitungan uji hipotesis bahwa t hitung sebesar 6,565 kemudian hasilnya dikonfirmasi dengan nilai t tabel 0,3061, untuk taraf signifikan 5% dengan jumlah sampel 30. Sehingga kriteria pengujian hipotesis yaitu t hitung $>$ t tabel ($6,565 > 0,3061$) maka dapat disimpulkan H_0 ditolak H_a diterima. Yang berarti Terdapat pengaruh konseling realitas terhadap peningkatan percaya diri siswa.

5.2 Saran

1. Disarankan kepada guru BK untuk menerapkan konseling individual dengan teknik konseling realitas secara luas pada siswa yang memiliki percaya diri rendah. Layanan dengan teknik ini terbukti cukup berpengaruh dalam peningkatan percaya diri siswa.
2. Disarankan untuk peserta didik, penting untuk mengenali diri sendiri, keterbukaan dan menjalin komunikasi yang baik kepada orang lain, dan menjadi pribadi yang bertanggung jawab.
3. Konseling realitas adalah salah satu layanan konseling yang mampu digunakan untuk meningkatkan percaya diri siswa.

4. Disaranan kepada siswa supaya lebih aktif dan terbuka lagi kepada guru BK dengan apa yang mereka alami, dalam mengikuti konseling realitas yang diselenggarakan oleh guru BK guna untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa.