

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Layanan konseling kelompok dengan teknik *Client Centered* efektif dalam meningkatkan konsep diri peserta didik di SMA Negeri 3 Mandrehe. Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa nilai signifikansi ($p\text{-value} < 0,05$), sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima. Hal ini berarti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest pada kelompok eksperimen, sedangkan kelompok kontrol tidak mengalami perubahan yang berarti. Dengan kata lain, layanan konseling kelompok dengan teknik *Client Centered* terbukti mampu meningkatkan konsep diri peserta didik secara signifikan dibandingkan dengan kelompok yang tidak mendapatkan intervensi.
2. Berdasarkan hasil perhitungan uji N-Gain menunjukkan bahwa peningkatan konsep diri berada dalam kategori sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa layanan konseling kelompok cukup efektif dalam membantu peserta didik memahami dan menerima dirinya sendiri dengan lebih baik.

5.2 SARAN

Berdasarkan kesimpulan penelitian dan kegunaan penelitian ini maka diajukan saran-saran sebagai berikut.

1. Disarankan untuk guru menerapkan konseling kelompok teknik *Client Centered* secara lebih luas. Layanan dengan teknik ini terbukti efektif dalam membantu peserta didik meningkatkan konsep diri, sehingga dapat menjadi pendekatan yang lebih sering digunakan dalam praktik konseling di sekolah.
2. Disarankan kepada Peserta didik diharapkan dapat lebih aktif dalam mengikuti layanan konseling kelompok, terutama bagi mereka yang merasa kurang percaya diri atau memiliki konsep diri yang rendah. Melalui partisipasi aktif, peserta didik dapat lebih memahami potensi diri dan mengembangkan konsep diri yang lebih positif.
3. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan sampel dan mempertimbangkan metode kualitatif untuk menggali lebih dalam pengalaman peserta didik dalam mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik *Client Centered*. Selain itu, penelitian lebih lanjut juga dapat membandingkan teknik ini dengan pendekatan lain untuk melihat efektivitas yang lebih luas dalam konteks yang berbeda.