

BAB V

KESIMPULAN & SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diatas maka dapat diajukan Kesimpulan penelitian ini sebagai berikut.

1. Layanan Konseling kelompok dengan pendekatan Realitas sangat ampuh dalam menurunkan perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa. Hal ini dibuktikan dengan perbedaan Prokrastinasi Akademik siswa sebelum dan sesudah diberi perlakuan yakni Konseling kelompok terhadap pendekatan Realitas. Sebelum diberi layanan maka keadaan Prokrastinasi Akademik siswa mencapai rata-rata skor sebesar 132.73% Sebagai hasil layanan yang telah diberikan maka penurunan perilaku Prokrastinasi sebesar 40,63 %.
2. besar kontribusi, sumbangan dan pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen yakni variabel: Pendekatan Realitas (X) terhadap Prokrastinasi Akademik (Y) sebesar 90,5 % sedangkan sisanya sebesar 9,5 % dipengaruhi oleh variabel lain yang belum diteliti.
3. Konseling kelompok dengan pendekatan realitas memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku prokrastinasi Akademik. Dibuktikan pada pengujian hipotesis dengan kriteria pengambilan keputusan ; jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan jika $t_{hitung} < t_{table}$

maka H_0 diterima. Atau nilai signifikansi hitung lebih besar dari pada 0,05 maka H_0 diterima. Maka dari kriteria pengujian tersebut disimpulkan bahwa; karena nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($118,901 > 0.68368$) atau signifikansi hitung lebih kecil dari pada 0,05 ($0,000 < 0,05$) maka H_0 ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa Pendekatan Realitas berpengaruh signifikan terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa.

5.2 Saran

1. Disarankan kepada guru BK untuk menerapkan konseling kelompok dengan pendekatan Realitas secara luas pada siswa yang memiliki perilaku prokrastinasi akademik. Layanan dengan pendekatan ini terbukti efektif dalam penurunan perilaku prokrastinasi.
2. Kepada siswa agar dapat mengikuti layanan ini dengan baik guna untuk menurunkan perilaku prokrastinasi
3. Kepada peneliti lanjutan untuk dapat memperluas cakupan penelitian ini, jika perlu dalam penurunan perilaku prokrastinasi ini peneliti lanjutan mampu membandingkan hasil jika melakukannya dengan menggunakan pendekatan yang lain.