

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

1. Bimbingan kelompok dan teknik *role playing* sangat ampuh dalam menurunkan kecemasan sosial peserta didik. Hal ini dibuktikan dengan perbedaan kecemasan sosial Siswa sebelum dan sesudah diberi perlakuan yakni bimbingan kelompok dan teknik *role playing*. Sebelum diberi layanan maka skor nilai kecemasan sosial siswa mencapai rata-rata skor sebesar 127,6 (85,0%) dari skor ideal 150. Sedangkan setelah diberi layanan maka kecemasan sosial mereka menurun menjadi rata-rata sebesar 37.4 (24,9 %) dari skor ideal 150. Sebagai hasil layanan yang telah diberikan maka penurunan kecemasan sosial siswa menjadi lebih baik rata-rata sebesar 60,1%.
2. Sangat besar kontribusi, sumbangan dan pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen yakni variabel: bimbingan kelompok (X1), teknik *role playing* (X2), terhadap kecemasan sosial peserta didik (Y) sebesar 66,8% sedangkan sisanya sebesar 33,2 % dipengaruhi oleh variabel lain yang belum diteliti.
3. Bimbingan kelompok dan teknik *role playing* secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap penurunan kecemasan sosial Siswa.
4. Bimbingan kelompok berpengaruh secara parsial terhadap Penurunan kecemasan sosial peserta didik. Nilai koefisien regresi variabel bimbingan kelompok (b_1) bernilai positif, yaitu 0,202. Artinya bahwa setiap peningkatan bimbingan kelompok sebesar 1,00 % maka akan diikuti dengan penurunan kecemasan sosial peserta didik sebesar 20,2 % dengan asumsi variabel independen lainnya tetap.
5. Teknik *role playing* berpengaruh signifikan terhadap Penurunan kecemasan sosial peserta didik. Nilai koefisien regresi teknik *role playing* (b_2) bernilai positif, yaitu 0,504. Artinya bahwa setiap penurunan teknik *role playing* sebesar 1,00 % maka akan diikuti dengan Penurunan kecemasan sosial peserta didik sebesar 50,4 % dengan asumsi variabel independen lainnya tetap.

B. Saran

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

1. Disarankan kepada guru BK agar merencanakan dan melaksanakan bimbingan kelompok dan teknik *role playing* untuk menurunkan kecemasan sosial peserta didik.
2. Disarankan kepada siswa untuk mengikuti dengan baik bimbingan kelompok dan teknik *role playing* yang diselenggarakan oleh guru BK untuk mengurangi kecemasan sosial peserta didik.
3. Disarankan kepada kepala sekolah untuk menyediakan waktu secara terjadwal untuk bimbingan kelompok dan teknik *role playing* demi menurunkan kecemasan sosial peserta didik.