

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti mengenai efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *self instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa MAN 3 Banjarmasin dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat kepercayaan diri pada siswa kelas X B di MAN 3 Banjarmasin sebelum (pretest) diberikan treatment layanan konseling kelompok dengan teknik *self instruction* memiliki rata-rata 72 atau 56% kategori sangat rendah.
2. Tingkat kepercayaan diri pada siswa kelas X B di MAN 3 Banjarmasin sesudah (Posttest) diberikan konseling kelompok dengan Teknik *self instruction* memiliki 102,75 atau 80,27% kategori sangat tinggi.
3. Berdasarkan hasil uji *Paired Sample t-Test*, diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,001 < 0,05$, sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self instruction* efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Selain itu, berdasarkan hasil *N-Gain Score*, efektivitas layanan berada pada kategori cukup efektif.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang membuktikan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self instruction* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri, Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi pihak sekolah, diharapkan dapat memberikan dukungan dan tindak lanjut melalui berbagai program yang dapat membantu siswa meningkatkan kepercayaan diri serta menciptakan lingkungan belajar yang mendukung perkembangan potensi siswa.
2. Bagi guru BK atau konselor, disarankan untuk mengembangkan layanan bimbingan dan konseling yang lebih variatif dengan memanfaatkan teknik *self instruction* sebagai salah satu strategi dalam membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan teknik yang berbeda, memperpanjang waktu pelaksanaan intervensi, serta melibatkan subjek penelitian yang lebih banyak agar diperoleh hasil yang lebih optimal dan komprehensif.