

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan mengenai efektivitas konseling kelompok dengan teknik *motivational interviewing* untuk meningkatkan *hardiness* siswa kelas unggulan MTs N 4 Indramayu, maka sebagai akhir dari hasil penelitian ini penenliti menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil dari penelitian ini siswa yang mempunyai tingkat ketercapaian *hardiness* sedang sebanyak 75 (66,96%) siswa, siswa yang memiliki *hardiness* di tingkat sedang adalah siswa yang cukup memiliki tekad untuk menyelesaikan tugas, mencari solusi saat menghadapi kesulitan, kemampuan penyesuaian diri terhadap tekanan dan stress, kepercayaan diri untuk berhasil namun kadang ragu, mengantisipasi keadaan, menafsirkan kegagalan dengan cara objektif dan memandang tugas yang sulit sebagai hal yang positif akan tetapi terkadang kurang yakin. siswa menunjukkan minat dalam belajar, akan tetapi cenderung tidak konsisten, terkadang kurang fokus dan kehilangan motivasi saat menghadapi tugas yang sulit, sering kali merasa ragu atau tidak yakin dalam menghadapinya. Siswa akan melihat beberapa tantangan sebagai hambatan, akan tetapi tidak sepenuhnya menganggap sebagai suatu kesulitan dan masih akan berusaha untuk mencari jalan keluarnya.
2. Rancangan Program Konseling Kelompok dengan Teknik *Motivational Interviewing* Untuk Meningkatkan *hardiness* Siswa Kelas Unggulan MTs N 4 Indramayu dilakukan dengan beberapa tahap yaitu: a) Tahap pertama, peneliti mengetahui terlebih dahulu dengan mengobservasi kelas VII yang termasuk kedalam kelas

unggulan yang akan menjadi populasi, kemudian melakukan penyebaran angket untuk data *pre-test*. b) Tahap kedua, peneliti mulai mengelola data *pre-test* dengan mentabulasi data untuk menentukan sampel pada penelitian ini. c) Tahap ketiga, pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *motivational interviewing* kepada kelompok eksperimen dengan 6 kali pertemuan dalam rentang waktu satu bulan dan 2 sesi pertemuan dalam satu minggu. d) Tahap keempat, penyebaran angket berupa *post-test* kepada sampel untuk mengetahui apakah ada perubahan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Tahap ini adalah tahap terakhir dalam penelitian.

3. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa rata-rata nilai N-Gain pada kelas eksperimen sebesar 0.71 apabila dipresentasikan termasuk kedalam kategori **sedang**. Untuk mengetahui efektivitas dapat dilihat melalui N-Gain presentase, pada tabel diatas diketahui jika N-Gain persen sebesar 71% maka konseling kelompok dengan teknik *motivational interviewing* **Cukup Efektif**. Hasil cukup efektif ini diperoleh sebab dinamika kelompok yang tidak selalu kondusif, dimana beberapa siswa terlalu pasif dan tidak terbuka sehingga menghambat proses eksplorasi diri. Durasi waktu yang singkat juga membuat kedalaman pembahasan kurang optimal, dan teknik *motivational interviewing* ini akan lebih efektif jika dalam setting individual sebab akan lebih fokus pada perubahan yang dilakukan oleh individu dan memerlukan pendalaman konflik internalnya. Hal ini merupakan beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat keefektifan berada pada kategori cukup efektif.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian perlu adanya tindak lanjut sehingga beberapa hal yang disarankan sebagai berikut:

1. Bagi Kepala Sekolah

Agar senantiasa terus memberikan dukungan bimbingan dan konseling supaya terlaksana sesuai fungsinya dengan baik sehingga mampu membantu peserta didik berkembang dan mampu mendapat perhatian dari semua pihak, baik orang tua maupun masyarakat sekolah.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Hendaknya lebih meningkatkan upaya mengembangkan kompetensi peserta didik melalui program-program layanan terutama konseling kelompok agar dapat membantu siswa dalam mengatasi permasalahan pribadi, sosial, belajar, maupun karier secara lebih efektif serta mendorong perkembangan potensi diri secara optimal.

3. Bagi Peserta Didik

Agar mampu untuk mengembangkan sikap *hardiness* dalam menghadapi berbagai tantangan, baik di sekolah maupun dalam kehidupan sehari-hari agar dapat mengelola tekanan secara lebih bijak dan positif.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Yang ingin melanjutkan penelitian mengenai konseling kelompok dengan teknik *Motivational interviewing* untuk meningkatkan *hardiness* diharapkan mampu memperluas dan mempertimbangkan variabel lain serta memperbaiki keterbatasan penelitian.