



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB V

## PENUTUP

## A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di SMAN12 Pekanbaru, maka dapat diambil kesimpulan yaitu:

## 1. Kesimpulan Statistik

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa: a. Bahwa siswa tergolong rendah pada pre-test. Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian dengan jumlah responden 30 orang terdapat 30 orang siswa dengan konsep diri yang rendah. Dari pre-test kelompok subjek ini diperoleh skor tertinggi 36 dan skor terendah 23, dengan rata-rata ( $M$ ) = 25.23 dengan kategori sangat rendah. b. Sedangkan pada post-test siswa yang tergolong sedang. Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian dengan jumlah responden 30 orang didapatkan skor tertinggi 42 dan skor terendah 37, dengan rata-rata ( $M$ ) = 38.73 dengan kategori sedang. c. terdapat pengaruh yang signifikan antara teknik psikodrama terhadap peningkatan Konsep diri siswa *obesitas* melalui layanan bimbingan kelompok. Hal ini terbukti dari hasil *pre-test* dan *post-test* yang diperoleh nilai  $z$  yang sebesar  $-4.787$  dengan  $p$  value (*Asymp. Sig 2 tailed*) sebesar 0.000 dimana kurang dari batas kritis penelitian 0.05. maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat pengaruh yang *signifikan* antara konsep diri siswa *obesitas* sebelum dan

setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *psikodrama*.

## 2. Kesimpulan Penelitian

Konsep diri siswa *obesitas* yang rendah dapat ditingkatkan melalui bimbingan kelompok teknik *psikodrama*. Hal ini ditunjukkan dengan adanya perubahan perilaku siswa pada setiap pertemuan bimbingan kelompok yang telah mengarah pada peningkatan konsep diri siswa *obesitas* yang terlihat lebih baik dari sebelumnya.

## B. Saran

Saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang telah dilakukan di SMA Negeri 12 Pekanbaru adalah:

### 1. Kepada siswa

Bagi siswa yang memiliki konsep diri rendah hendaknya berusaha untuk meningkatkan konsep diri walaupun keadaan fisik yang menghalangi, sehingga dalam menjalankan kegiatan sehari-hari tidak mengalami suatu hambatan dalam membina hubungan dengan orang lain. Dan bagi siswa yang menjadi subjek penelitian agar bisa lebih meningkatkan dan mempertahankan konsep diri yang telah terbentuk.

### 2. Kepada guru Bimbingan dan Konseling

Bagi guru BK hendaknya melakukan kegiatan bimbingsn kelompok dalam meningkatkan konsep diri siswa obesitas. Selain itu tempat

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengummumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pelaksanaan konseling kelompok diusahakan di lakukan diruang khusus konseling, agar tidak terganggu oleh keadaan di luar kelompok

### 3. Kepada para peneliti

Kepada para peneliti hendaknya dapat melakukan penelitian mengenai masalah yang sama tetapi dengan subjek yang berbeda, atau dapat dijadikan sebagai bahan bacaan untuk penelitian.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.