

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dan analisis data yang telah disajikan dapat, secara umum hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Dari hasil *pre-test* penerimaan diri siswa berada pada kategori rendah dengan skor rata-rata 47, sedangkan setelah diberikan konseling kelompok pendekatan *rational emotive behaviour therapy* teknik maka penerimaan diri siswa meningkat menjadi sangat tinggi dengan skor rata-rata 89 dilihat dari hasil *pos-test*.
2. Pelaksanaan konseling kelompok *Rational Emotive Behaviour Therapy* teknik kognitif berjalan dengan sangat efektif sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Layanan yang dilihat dari hasil observasi 97%.
3. Konseling kelompok Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* teknik kognitif efektif untuk meningkatkan penerimaan diri siswa, hal ini dilihat dari angka probabilitas Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,008 jika dibandingkan dengan signifikansi 5% maka $0,008 < 0,05$ sehingga hipotesis alternatif diterima.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diuraikan, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Siswa yang telah mengikuti konseling kelompok pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* teknik kognitif agar dapat mempertahankan

komitmen yang telah di buat dan dapat mengaktualisasikan diri secara lebih baik lagi.

2. Guru bimbingan dan konseling agar terus memelihara dalam pengembangan pemberian layanan bimbingan dan konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* teknik kognitif dalam menyelesaikan permasalahan siswa.
3. Majelis guru agar dapat bekerjasama dengan guru bimbingan dan konseling dalam membantu mengembangkan diri siswa menjadi lebih baik.
4. Kepala sekolah agar lebih memperhatikan dan memberikan kebijakan kepada pelayanan bimbingan dan konseling yang ada di sekolah.
5. Peneliti selanjutnya dapat dijadikan sebagai dasar peneliti lanjutan dengan memperluas variabel dan subjek penelitian tentang efektivitas konseling kelompok pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* teknik kognitif untuk meningkatkan penerimaan diri siswa.