

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 1.1 Simpulan

Dari hasil penelitian, hasil *pre-test* kelas eksperimen 4509 dan hasil *pre-test* kelas kontrol 4587. Dari hasil *pre-test* peneliti melakukan *treatment* kepada kelas yang memiliki skor rendah yaitu kelas eksperimen yang diberi perlakuan atau *treatment* sebanyak delapan kali pertemuan selama kurang lebih satu bulan oleh peneliti, sedangkan kelas kontrol tidak diberikan perlakuan. Untuk mengetahui perbedaan hasil antara kelas eksperimen yang diberikan layanan bimbingan klasikal teknik *cinematherapy* dan kelas kontrol tidak diberi perlakuan, maka melakukan *pre-test* dan *post-test* kepada subjek dengan menggunakan angket rasa percaya diri. Setelah melaksanakan *treatment* sebanyak 8 kali, peneliti menyebarkan *post-test* dengan hasil yang didapat pada kelas eksperimen 4976, sedangkan kelas kontrol 4642.

Berdasarkan analisis data, maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan klasikal teknik *cinematherapy* dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri siswa. Hasil dapat diketahui berdasarkan uji statistik non parametrik dengan uji jumlah jenjang *Wilcoxon (Wilcoxon's Rank Sum Tes)*. Bahwa jumlah jenjang yang lebih kecil adalah  $R = R_1 = 33$ . untuk  $n_1 = 32$  dan  $n_2 = 32$ . Dari tabel nilai  $R$  diperoleh  $R_{0,05} = 33 < R_{0,05} = 94$ . Pada  $\alpha = 0,05$  ternyata  $R = 33 < R_{0,05} = 94$ . Jika nilai  $R_{hitung}$  lebih kecil dari nilai  $R_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Adapun data diperoleh perbedaan rata-rata selisih hasil *pre-test* dan *post-test* yang

diperoleh pada kelas eksperimen setelah diberikan layanan bimbingan klasikal teknik *cinematherapy* hasil rata-ratanya ( $\bar{X}$ ) adalah 193, sedangkan pada kelas kontrol yang tidak diberi perlakuan hasil rata-ratanya ( $\bar{X}$ ) adalah 57,5. Artinya rata-rata hasil kelas eksperimen lebih tinggi dari pada kelas kontrol.

Demikian, hipotesis penelitian adalah “Terdapat pengaruh bimbingan klasikal teknik *Cinematherapy* terhadap percaya diri siswa kelas VIII.1 dan VIII.2 di SMP Negeri 15 Kota Gorontalo” dapat diterima. Hal tersebut dapat dibuktikan juga pada hasil perhitungan dari analisis data dengan menggunakan t-tes dengan hasil bahwa  $t_{hitung} (2,697) > t_{(1-\alpha)(n_1+n_2-2)} (1,99)$  atau dengan kata lain ada pengaruh signifikan layanan bimbingan klasikal teknik *cinematherapy* terhadap rasa percaya diri siswa. Dengan diberikannya layanan bimbingan klasikal teknik *cinematherapy*, siswa semakin memiliki rasa percaya diri.

## 1.2 Saran

Dengan selesainya penelitian ini, ada beberapa saran yang perlu disampaikan yaitu:

### a. Bagi guru BK disekolah

Berdasarkan hasil penelitian membuktikan bahwa penerapan layanan bimbingan klasikal teknik *cinematherapy* dapat digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VIII.1 SMP Negeri 15 Kota Gorontalo. Diharapkan guru BK dapat mempergunakan layan bimbingan klasikal teknik *cinematherapy* sebagai salah satu jenis bimbingan untuk mengatasi masalah siswa yang kurang percaya diri.

b. Bagi peneliti lain

- 1) Penelitian ini dapat menjadi acuan dan dapat dikembangkan lagi oleh peneliti lain yang ingin meneliti penggunaan layanan bimbingan klasikal teknik *cinematherapy* terhadap rasa percaya diri siswa.
- 2) Peneliti menyarankan kepada peneliti lain yang ingin melaksanakan penelitian serupa agar menambah waktu yang lebih banyak dalam melaksanakan perlakuan dengan menggunakan layanan bimbingan klasikal teknik *cinematherapy*, sehingga memungkinkan tercapainya tujuan untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa.
- 3) Peneliti lain yang ingin melakukan penelitian serupa dapat menambah alat pengumpul data misalnya observasi dan wawancara, karena dalam penelitian ini hanya menggunakan angket sebagai alat pengumpul data.



## DAFTAR PUSTAKA

- Anthony, R. 1992. *Rahasia Membangun Kepercayaan Diri*. (terjemahan Rita Wiryadi). Jakarta: Binarupa Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. 2009. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Aunurrahman. 2010. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Byrd Wolz, Birgit. 2006. *E-motion Picture Magic A Movie Lover's Guide to Healing and Transformation*. Colorado: Glendbridge Publishing Ltd. Online, 14 oktober 2015.
- Dirjen Diknas. 2004. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta. Djumhur I. Dan Moh. Surya. 1975. *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*.
- Fatimah, Enung. 2006. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia.
- Hakim, Thursan. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Irawan, B. (2014). *Upaya Meningkatkan Etika Pergaulan Dengan Lawan Jenis Melalui Sosiodrama Format Klasikal Siswa XI TKJ A SMK Mambaul Falah Kudus Tahun Pelajaran 2013/2014*. Disetasi BK. Universitas Muria Kudus. Tersedia [online] di [distro.com/352994](http://distro.com/352994). Diakses 14 April 2015.
- Iswidharmanjaya & Agung. 2004. *Satu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri*. Jakarta: Media Komputindo.
- Lautser, P. 1994. *Tes Kepribadian*. Jakarta: Gaya Media Pertama.
- Lie, Anita. 2003. *101 Cara Menumbuhkan Percaya Diri Anak*. Jakarta: Gramedia.
- Listiyaningsih, Reni & Dewayani, T. 2010. *Kepercayaan Diri pada Orangtua yang Memiliki Anak Tunagrahita*. [http://fpsi.mercubuana-yogya.ac.id/wp-content/uploads/2012/06/Agustus\\_2010\\_Triana-Noor-Edwina.pdf](http://fpsi.mercubuana-yogya.ac.id/wp-content/uploads/2012/06/Agustus_2010_Triana-Noor-Edwina.pdf). Diakses pada tanggal 30 April 2015.
- Michael, Powell Lee. Dkk. 2006. *Group Cinematherapy : Using Metaphor To Enhance Adolescent Self Esteem*. Online, 14 oktober 2015.

- Nurihsan, Achmad Juntika. 2006. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Belakang Ksehidupan*. Bandung: Refika Aditama.
- Rahayu, Apriyanti Yofita. 2013. *Menumbuhkan Kepercayaan Diri Melalui Kegiatan Bercerita*. Jakarta: PT Indeks.
- Risnawita, Rini. Dkk. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.
- Santrock, John W. 2003. *Adolescence Perkembangan Remaja*. (Terjemahan oleh Sherly Saragih). Jakarta: Erlangga.
- Sudjana. 2005. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfa Beta.
- Suhardita, Kadek. 2011. *Efektivitas Penggunaan Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa*. Penelitian Quasi Eksperimen pada Sekolah Menengah Atas Laboratorium (Percontohan) UPI Bandung Tahun Ajaran 2010/2011. Edisi khusus No. 1, Agustus 2011. [http://jurnal.upi.edu/file/12-Kadek\\_Suhardita.pdf](http://jurnal.upi.edu/file/12-Kadek_Suhardita.pdf). Diakses pada tanggal 30 April 2015.
- Syaifullah, Ach. 2010. *Tips Bisa Percaya Diri*. Yogyakarta: Gerai Ilmu.
- Utami, N. W. 2011. *Penerapan Teknik Sinemaeducation Dalam Meningkatkan Keterampilan Pemecahan Masalah (Problem Solving Skill) Siswa*. Makalah Disajikan pada Seminar & Lokakarya Teknik dan Strategi Bimbingan dan Konseling Untuk Pendidikan Karakter. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Yulianto, Fitri & Nashori, H. Fuad. 2006. *Kepercayaan Diri dan Prestasi Atlet Tae Kwon Do Daerah Istimewa Yogyakarta*. Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro, Vol. 3, No. 1. <http://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/viewFile/692/555>. Diakses pada tanggal 30 April 2015.