

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 9 Bandar Lampung, maka dapat diambil kesimpulan yaitu;

#### 1. Kesimpulan Statistik

Berdasarkan analisis statistik, hasil perhitungan uji *Wilcoxon* diperoleh harga  $z_{hitung} = -2,807$ . Harga ini selanjutnya dibandingkan dengan  $z_{tabel} = 1,645$ . Ketentuan pengujian bila  $z_{hitung} < z_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Ternyata  $z_{hitung} = -2,807 < z_{tabel} = 1,645$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

#### 2. Kesimpulan Penelitian

Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu konseling kelompok dapat meningkatkan *coping* adaptif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Bandar Lampung. Berdasarkan hasil perhitungan rata-rata peningkatan secara keseluruhan adalah sebesar 43,99%. Peningkatan ini ditunjukkan dari perubahan perilaku siswa dalam setiap pertemuan pada kegiatan konseling kelompok, juga perilaku siswa dalam kegiatan sekolah sehari-hari yang semakin berperilaku adaptif dan semakin berkembang menjadi lebih baik.

## B. Saran

Saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang telah dilakukan di SMP Negeri 9 Bandar Lampung adalah:

1. Kepada siswa

Siswa yang memiliki masalah hendaknya mengikuti kegiatan konseling kelompok yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling.

2. Kepada guru bimbingan dan konseling

Guru pembimbing dapat meningkatkan frekuensi dalam menggunakan konseling kelompok untuk membantu *coping* adaptif siswa.

3. Para peneliti lain

Para peneliti hendaknya mempersiapkan diri dengan baik untuk melakukan berbagai bentuk layanan bimbingan dan konseling khususnya konseling kelompok.