

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung, maka dapat diambil kesimpulan, yaitu:

#### 1. Kesimpulan Statistik

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa percaya diri siswa dapat ditingkatkan dengan menggunakan konseling pendekatan *client centered therapy*. Hal ini terbukti dari hasil *pretest* dan *posttest* yang diperoleh  $t_{hitung} = 13,4$ . Kemudian dibandingkan dengan  $t_{tabel\ 0,05} = 2,35$ . Karena  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka,  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat peningkatan signifikan antara skor percaya diri siswa sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan dengan layanan konseling individual pendekatan *client centered therapy*

#### 2. Kesimpulan Penelitian

Percaya diri siswa yang rendah dapat ditingkatkan melalui layanan konseling individual pendekatan *client centered therapy*. Hal ini ditunjukkan dari perubahan pemikiran dan perilaku siswa pada setiap pertemuan konseling individual telah mengarah pada peningkatan percaya diri siswa terlihat lebih baik dari sebelumnya.

## B. Saran

Saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang telah dilakukan di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung adalah:

1. Kepada siswa

Siswa yang memiliki percaya diri yang rendah, hendaknya berusaha untuk bisa lebih terbuka, dan optimis terhadap kemampuan yang dimiliki sehingga tujuan yang diharapkan dapat tercapai dan bagi siswa yang menjadi subjek penelitian agar bisa lebih meningkatkan percaya dirinya

2. Kepada guru pembimbing

Kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya dapat membantu dan membimbing siswa dalam meningkatkan percaya diri dengan menggunakan pendekatan *client centered*.

3. Kepada para peneliti

Hendaknya dapat melakukan penelitian mengenai percaya diri pada subyek yang berbeda dengan menggunakan teknik atau model konseling lainnya.