

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* efektif untuk meningkatkan *self esteem* siswa *slow learner* di SMP Negeri 4 Magetan. Hal ini terbukti dari adanya peningkatan *prettes* ke *posttest* setelah diberikannya *treatment* konseling kelompok menggunakan teknik *Cognitive Restructuring*.

B. Saran

Berdasarkan hasil temuan-temuan, maka dapat disarankan kepada siswa, guru, sekolah dan peneliti :

1. Siswa

Siswa diharapkan dapat memahami dan menerapkan apa yang telah diberikan oleh peneliti melalui layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* dengan harapan ketika siswa mengalami permasalahan atau indikasi mengalami *self esteem* yang menurun maka siswa mampu mengetahui kondisi dirinya sehingga mampu menerapkan teknik tersebut untuk menyelesaikan permasalahannya.

2. Guru Bimbingan dan Konseling

Guru Bimbingan dan Konseling perlu menguasai konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* untuk diterapkan kepada peserta didik untuk mengatasi permasalahan-permasalahan yang terjadi pada peserta didik, khususnya siswa yang mengalami rendahnya *self esteem*

3. Kepala Sekolah

Bagi pihak sekolah, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai capaian layanan dibidang bimbingan dan konseling untuk dapat mengantisipasi siswa yang mengalami permasalahan pada *self esteem*.

4. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperhatikan hasil penelitian ini untuk dikembangkan lebih lanjut dan dapat melakukan penelitian yang lebih luas dan komprehensif mengenai konseling kelompok khususnya teknik *cognitive restructuring*.