

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti dengan melakukan pengujian, maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok teknik psikodrama efektif untuk meningkatkan kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* pada kelas X TSM 1 SMKN 1 Jiwan. Siswa mulai mampu mengontrol perilaku dalam menggunakan *handphone*, mampu mengontrol stimulus di saat terdapat notifikasi *handphone*, mampu mengantisipasi dan menafsirkan suatu peristiwa atau kejadian yang berkenaan dengan *handphone*, dan mampu mengambil serta menjalankan sebuah keputusan kapan harus mengoperasikan *handphone*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*, peneliti memberikan beberapa saran yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan, yaitu:

1. Kepala Sekolah

Kepala sekolah diharapkan mampu memberikan dukungan terhadap pelaksanaan program layanan bimbingan dan konseling baik secara preventif maupun kuratif, serta mengoptimalkan pembinaan karakter

sebagai upaya meningkatkan kontrol diri siswa khususnya dalam penggunaan *handphone*.

2. Guru Bimbingan dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling diharapkan mampu menerapkan teknik psikodrama dalam layanan konseling kelompok untuk membantu siswa mengatasi permasalahan kontrol diri khususnya dalam penggunaan *handphone* melalui sebuah program yang terpadu seperti program PENTA (Pendampingan Kontrol Diri melalui Psikodrama).

3. Siswa

Siswa diharapkan mampu meningkatkan kesadaran dan memiliki kontrol diri yang baik dalam menggunakan *handphone*, terlebih dalam pembelajaran berlangsung maupun aktivitas sehari-hari. Melalui pengalaman dalam kegiatan psikodrama, diharapkan siswa juga mampu memahami konsekuensi dari perilaku penggunaan *handphone* yang berlebih dan mampu mengambil keputusan yang lebih tepat.

4. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkaji lebih lanjut layanan konseling kelompok teknik psikodrama terhadap variabel lain, atau mengkaji teknik yang lain untuk meningkatkan kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*, sehingga manfaat dalam layanan bimbingan dan konseling dapat dirasakan secara komprehensif.