

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Sesuai hasil analisis yang dilakukan dan temuan yang diperoleh, maka adapun kesimpulan yang diperoleh dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Tingkat citra diri pada remaja putri di SMP Negeri 1 Kota Jambi berada pada tingkat yang tinggi dengan pencapaian nilai persentase yaitu citra diri (67,7%).
2. Tingkat kepercayaan diri pada remaja putri di SMP Negeri 1 Kota Jambi berada pada tingkat yang tinggi dengan pencapaian nilai persentase yaitu citra diri (63,5%).
3. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara variabel citra diri dengan kepercayaan diri pada remaja putri di SMP Negeri 1 Kota Jambi. Hal ini dibuktikan dengan nilai korelasi yang diperoleh sebesar 0,429 dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Hasil ini memberikan makna bahwa semakin meningkat citra diri remaja putri, maka semakin meningkat pula kepercayaan diri yang dimiliki remaja putri.

B. Saran

Berdasarkan dan sesuai kesimpulan temuan peneliti yang diperoleh maka adapun saran yang dapat peneliti berikan antara lain bagi:

1. Remaja putri, diharapkan dapat untuk lebih percaya diri dengan memberikan penilaian positif terhadap dirinya sendiri. Kepercayaan diri

remaja putri akan meningkat tatkala remaja putri memiliki penilaian dan kepuasan terhadap keadaan dirinya. Hendaknya pula remaja putri tidak terlalu memaksakan diri untuk berusaha secara berlebihan demi memiliki penilaian yang baik terhadap kondisi dirinya sendiri.

2. Guru BK, hendaknya mampu untuk memberikan pemahaman kepada remaja putri untuk dapat secara terbuka dalam menerima keadaan diri sendiri dan tidak selalu membandingkan dengan orang lain. Pengoptimalan layanan bimbingan dan konseling di sekolah dapat dilakukan sehingga remaja putri memiliki pemahaman yang lebih baik tentang masa perkembangannya saat ini.
3. Peneliti selanjutnya yang memiliki ketertarikan yang sama dengan penelitian ini, diharapkan untuk dapat menemukan dan mengaitkan variabel citra diri dengan kepercayaan diri dengan variabel lainnya yang tidak termasuk dalam penelitian ini. Selain itu, hendaknya untuk menggunakan opsi pilihan jawaban skala yang berbeda dengan tujuan untuk mendapatkan data yang lebih akurat dan ruang lingkup variabel yang lebih luas.

C. Implikasi terhadap BK

Upaya dalam memberikan bantuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dapat dilakukan melalui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Hal ini karena bimbingan kelompok merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok: ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa. Proses pemberian bantuan ini berupa penyampaian informasi yang tepat mengenai masalah pendidikan, pekerjaan, komunikasi, pemahaman pribadi, penyesuaian

diri, dan masalah hubungan antar pribadi. Informasi diberikan terutama dengan tujuan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri individu dan pemahaman terhadap orang lain.

Dalam kegiatan bimbingan kelompok, siswa akan mendapatkan informasi mengenai materi yang berkaitan dengan upaya peningkatan kepercayaan diri siswa. Materi tersebut telah dipersiapkan oleh praktikan dengan harapan topik pembicaraan dalam kegiatan bimbingan kelompok tidak melenceng jauh dan dapat terarah dengan baik. Selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung siswa tidak hanya menjadi anggota yang pasif tetapi diharapkan juga untuk turut aktif dalam membahas topik atau materi yang disampaikan.

Penentuan topik ini juga nantinya disesuaikan dengan usia dan tingkat pemahaman siswa sehingga benar-benar tepat sasaran yakni mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa. Dalam kegiatan bimbingan kelompok terjadi komunikasi antara individu satu dengan yang lainnya sehingga individu dapat mengungkapkan pendapat, sikap serta tindakan yang diinginkan.

Selain itu para anggota bimbingan kelompok akan berinteraksi yang dapat menimbulkan dinamika kelompok. Dinamika kelompok dibutuhkan untuk menciptakan rasa percaya diri, solidaritas dan juga keterbukaan terutama dalam membahas topik dalam kegiatan bimbingan kelompok. Ketika dinamika kelompok dapat terbentuk sebagai jiwa yang mampu menghidupkan suasana dalam kelompok, maka para anggota dapat lebih meningkatkan pemahaman dirinya dan pemahaman akan topik yang dibahas yakni yang berkaitan dengan peningkatan kepercayaan diri siswa.

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan jumlah anggota kelompok yang tidak terlalu banyak dapat memungkinkan pemimpin kelompok untuk melakukan pendekatan secara personal untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa tersebut. Dalam kegiatan bimbingan kelompok inilah pemimpin kelompok dapat membuat anggotanya lebih berani mengungkapkan pendapatnya secara langsung dan percaya diri, saling menukar informasi melalui pendapat dari teman-temannya, membahas masalah-masalah yang dialami secara bersama.