

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, pengolahan data analisis, tabulasi data, sehingga dapat ditarik kesimpulan yakni sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh psikososial dan *self management* yakni sebesar  $0,000 < 0,005$ . Berdasarkan penghitungan tersebut, diketahui nilai  $t_{hitung} = 13,4752$  dan  $t_{tabel} = 1,990$  pada taraf signifikan sebesar 5% dimana  $t_{hitung} 13,475 > 1,990$  sehingga menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa variabel psikososial (X) memiliki pengaruh terhadap variabel *self management* (Y).
2. Psikososial siswa di SMP Ahmad Dahlan Kota Jambi tergolong tinggi dengan persentase angka sebesar 65,35%. Dengan permasalahan sosial sedikit tinggi dibandingkan dengan masalah psikologi. Jadi, siswa SMP Ahmad Dahlan sangat membutuhkan dukungan psikososial agar dapat memaksimalkan *self management* nya.
3. *Self management* siswa memiliki persentase keseluruhan sebesar 63,49 % yang termasuk kedalam kategori tinggi, dengan motivasi yang cukup besar serta pengembangan diri yang cukup terarah. Namun, untuk penyusunan diri dan pengendalian dirinya perlu ditingkatkan Kembali.
4. Pengaruh psikososial terhadap *self management* hanya sebesar 68,9%, melalui perhitungan R atau korelasi menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki pengaruh sebesar 83% dan berdasarkan R square pada R tabel menunjukkan nilai koefisien determinansi sebesar 0,689 atau 68,9%. Maka penelitian ini menunjukkan bahwa

pengaruh psikososial terhadap *self management* hanya sebesar 68,9%, sisanya sebesar 31,1% merupakan pengaruh dari faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

## B. Saran

### 1. **Guru BK**

Diharapkan dapat memberikan perhatian lebih terhadap kondisi psikososial siswa, terutama dalam hal interaksi sosial, tekanan emosional, dan permasalahan pribadi yang dapat mempengaruhi *self management*. Layanan bimbingan kelompok atau konseling individual dapat menjadi salah satu cara untuk menguatkan aspek pengendalian diri dan aspek penyusunan diri.

### 2. **Siswa**

Diharapkan siswa dapat lebih mengenali potensi diri serta memahami pentingnya mengelola waktu, emosi, dan aktivitas sehari-hari. Siswa juga dianjurkan untuk terbuka terhadap bimbingan dan aktif dalam kegiatan positif yang dapat meningkatkan kemandirian.

### 3. **Sekolah**

Sekolah diharapkan menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan psikososial siswa, seperti menciptakan komunikasi terbuka antara guru dan siswa, menyediakan kegiatan pengembangan diri agar siswa bisa melatih kemampuan dalam mengelola skala prioritas, serta memfasilitasi ruang ekspresi.

### 4. **Peneliti**

Disarankan agar dapat memperluas ruang lingkup penelitian serta lebih mempertajam per indikatornya. bisa dengan menambahkan variabel lain seperti peran

orang tua, lingkungan sekolah agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self management*.

#### C. Implikasi Hasil Penelitian Bagi Bimbingan dan Konseling

Implikasi hasil penelitian ini bagi bimbingan dan konseling yaitu dapat menjadi gambaran bahwa setiap siswa di sekolah memiliki latar belakang yang berbeda, cara didikan yang berbeda, berkembang di lingkungan yang berbeda namun disatukan dalam satu lingkungan sekolah yang sama. Sehingga bermacam ragamnya karakter dan tuntutan setiap siswa. Sekolah memiliki kebijakan tetap yang bertujuan baik yaitu untuk mendidik siswa yang berakhlak baik dan sopan santun sesuai yang diajarkan agama. Namun, perlu diperhatikan bahwa setiap siswa punya masalahnya masing-masing, sehingga hendaknya sekolah menjadi wadah untuk menjadi lingkungan yang baik dalam mengembangkan potensi akademiknya. Sehingga siswa tersebut menjadi siswa yang berprestasi di sekolah, tapi menjadi anak yang baik di rumah maupun dilingkungan tempat tinggalnya.

Disamping itu, diharapkan bimbingan dan konseling menjadi wadah yang terbuka bagi siswa serta menjadi wadah untuk mendidik siswa dengan beragam karakternya. Sehingga siswa tersebut bisa mengembangkan dirinya, memanajemen dirinya dengan baik.