**BAB V**

**SIMPULAN DAN SARAN**

* + 1. **Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis uji statistik yang dilakukan, maka kesimpulan yang diperoleh sebagai hasil dari dilakukannya penelitian ini dengan melalui proses analisis data menggunakan analisis persentase dan metode statistik parametrik dengan formula *pearson product moment* untuk korelasi, membuktikan bahwa:

1. Kontrol diri siswa kelas VIII di SMP Adhyaksa Kota Jambi berada pada kualitas yang baik dengan persentase rata-rata yang diperoleh adaah sebesar 70,0%.
2. Kualitas penyesuaian diri siswa kelas VIII di SMP Adhyaksa Kota Jambi berada pada kualitas yang baik, dengan rata-rata persentase yang diperoleh adalah sebesar 76,4%.
3. Terdapat hubungan positif dan berarti antara kontrol diri dengan penyesuaian diri pada siswa kelas VIII di SMP Adhyaksa Kota Jambi dengan nilai rhitung sebesar 0,63. Hasil ini memberikan arti bahwa bila variabel kontrol diri siswa mengalami peningkatan, maka variabel penyesuaian diri siswa juga akan ikut mengalami peningkatan, dengan besarnya korelasi nilai keduanya adalah sebesar 0,63.
   * 1. **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diperoleh, maka peneliti dapat mengajukan saran-saran kepada pihak terkait dalam penelitian ini, antara lain:

1. Bagi siswa,

Disarankan kepada seluruh siswa untuk dapat memahami pentingnya kemampuan dalam mengontrol diri, dan memahami cara-cara yang tepat dalam usahanya untuk meningkatkan kontrol diri dan penyesuaian diri terhadap lingkungan sehingga berhasil dalam aplikasinya di lingkungan dan proses belajar mengajar secara optimal.

1. Bagi guru pembmbing,

56

Disarankan kepada guru pembimbing serta guru bidang studi untuk dapat saling bekerja sama dalam mencipatakan suasana yang kondusif dari sebelumnya di lingkungan sekolah sebagai langkah dan bantuan kepada siswa untuk lebih mampu dalam mengontrol diri mereka masing-masing. Selain itu, guru pembimbing dapat mengoptimalkannya dengan memberikan layanan informasi yang berkaitan dengan cara mengontrol diri kepada seluruh siswa.

1. Bagi peneliti selanjutnya,

Disarankan untuk dapat mengembangkan kembali variabel-variabel dalam penelitian ini, serta mengoptimalkan proses pengumpulan data baik dari segi instrumen maupun dalam proses analisis data dengan menggunakan teknik analisis yang lebih efisien dalam mengungkapkan masalah berkaitan dengan kontrol diri dan penyesuaian diri siswa.

* + 1. **Implikasi terhadap BK**

Bimbingan dan konseling yang diartikan sebagai bentuk upaya mengoptimalkan potensi yang dimiliki oleh seorang individu, sehingga individu mampu berkembang sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Dengan ditemuinya hasil penelitian yang menunjukan bahwa terhadap hubungan yang positif dan berarti antara kontrol diri dan penyesuaian diri siswa, maka hal ini memberikan arti yang positif, bahwa usaha penyesuaian diri yang baik yang dilakukan oleh siswa juga dilatar-belakangi oleh kemampuan siswa dalam mengontrol dirinya.

Kemampuan penyesuaian diri siswa dapat dikembangkan dengan pelaksanaan layanan konseling kelompok, yang memiliki tujuan umum yaitu meningkatkan kemampuan sosialisasi siswa. Sedangkan tujuan khusus yang dapat dicapai adalah meningkatkan kemampuan komunikasi peserta layanan, kepercayaan diri, kepribadian dan meningkatkan tenggang rasa terhadap teman-temannya baik di sekolah maupun di luar lingkungan sekolah.

Kemampuan menyesuaikan diri siswa dapat dinilai dari keterampilan siswa dalam menjalin kerja sama, keterampilan dalam berinteraksi, keterampilan dalam mengontrol diri, keterampilan dalam berempati, keterampilan dan menghargai orang lain. Dimana kesemua aspek tersebut dapat dikembangkan dengan pelaksanaan layanan konseling kelompok, yang memiliki tujuan umum dan khusus. Tujuan umum yang dapat dicapai dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok adalah meningkatkan kemampuan sosialisasi siswa.

Sedangkan tujuan khusus yang dapat dicapai adalah meningkatkan kemampuan komunikasi peserta layanan, kepercayaan diri, kepribadian dan meningkatkan tenggang rasa terhadap teman. Hal ini merupakan aspek-aspek yang penting dalam usaha mengembangkan kemampuan menyersuaikan diri siswa di sekolah, yang merupakan tugas dan tanggung jawab guru pembimbing selaku penyelenggara layanan bimbingan dan konseling di lingkungan sekolah.

Disnilah letak pentingnya BK dalam membantu siswa untuk memahami, memperoleh dan mengembangkan kemampuan mengontrol diri yang dibutuhkan siswa untuk dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik terhadap lingkungan tempatnya berada. Dan karena proses perkembangan tidak selalu berjalan sesuai dengan harapan, maka untuk itulah diperlukan pelayanan bimbingan dan konseling yang dirancang untuk selalu dapat memfasilitasi perkembangan peserta didik.