

## BAB V

### SIMPULAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai efektivitas konseling kelompok realitas untuk meningkatkan *Academic Hardiness* siswa di MA MINAT Kesugihan menunjukkan bahwa Konseling kelompok realitas terbukti efektif dalam meningkatkan *Academic Hardines* siswa. Hal ini ditujukan dengan adanya peningkatan yang signifikan antara nilai *pre test* dan nilai *post test*. Adapun nilai *pre test* adalah 56,80 dan nilai *post test* adalah 108,60. Maka dilihat dari hasil *pre test* dan *post test* yang menghasilkan kenaikan nilai *Academic Hardiness* siswa dapat disimpulkan bahwa konseling realita efektif untuk meningkatkan *Academic Hardiness*.

Setelah dilakukan treatment pada siswa dengan tingkat *Academic Hardiness* rendah terdapat danya peningkatan aspek dari *Academic* yang mengalami peningkatan meliputi *Control*, *Comitment*, dan *Challenge*. Dapat dilihat dari adanya perubahan sikap yang ditunjukan oleh siswa, siswa menjadi lebih bisa mengontrol terhadap situasi belajar, serta berani menghadapi tantangan akademik, siswa juga lebih mampu dalam mengelola tekanan akademik dan menunjukan siakp tangguh dalam menghadapi kesulitan belajar. Dalam pelaksanaan konseling kelompok siswa dapat berpartisipasi aktif dalam kegiatan konseling kelompok realitas menggunakan teknik WDEP yang mendorong siswa untuk lebih bertanggung jawab terhadap pilihan dan tindakan mereka, serta membentuk cara pikir yang lebih realistik.

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling kelompok yang menggunakan teknik realita terbukti secara efektif meningkatkan tingkat *Academic*

*Hardiness* pada siswa-siswa yang sebelumnya memiliki tingkat *Academic Hardiness* yang rendah. Siswa yang mengikuti konseling ini mengalami peningkatan dalam kemampuan ketahanan akademik dan pengembangan belajarnya dan untuk strategi tindak lanjut dari kegiatan layanan diserahkan kepada guru BK dengan tetap melakukan pengawasan jangka pendek dan jangka panjang kepada siswa.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, beberapa saran praktis dapat diajukan kepada sekolah untuk mengatasi rendahnya *academic hardiness* siswa, yaitu dengan memberikan layanan konseling dan intervensi yang serupa dengan yang telah diterapkan dalam penelitian ini. Kegiatan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan *academic hardiess* merupakan sebuah layanan yang perting guna meminimalisir munculnya ketidaksiapan akademik yang dimana dapat menjadi penghambat dalam pengembangan prestasi siswa.

Bagi guru BK, guru BK dapat memanfaatkan layanan konseling kelompok, khususnya dengan teknik konseling realita, untuk meningkatkan ketahanan akademik siswa. Dengan demikian, diharapkan siswa menjadi lebih mampu menghadapi berbagai masalah dan hambatan yang kerap menghambat semangat belajar mereka.

Bagi siswa, siswa dapat mengetahui apa yang menjadi masalah dan hambatan dalam bidang akademik, dan juga mampu mengontrol dan berkomitmen dalam pengembangan akademik untuk meningkatkan tingkat prestasi dan kesiapan siswa dalam mengadapi tantangan akademik.

Bagi peneliti selanjutnya untuk menguji keefektivan konseling realita untuk meningkatkan *academic hardness* siswa sebaiknya menggunakan 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dan eksperimen.