

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan teknik *self-management* berdampak positif pada perubahan perilaku dan motivasi belajar santri di Pondok Pesantren Al Ihya Ulumaddin Kesugihan. Sebelum konseling, santri mengalami kesulitan belajar bahasa Arab, kurang disiplin, dan menunjukkan perilaku yang menghambat perkembangan akademik serta keagamaan mereka. Namun, setelah mengikuti sesi konseling, terjadi peningkatan dalam ketekunan belajar, tanggung jawab terhadap tugas, kepatuhan dalam menjalankan ibadah, serta sikap sosial yang lebih baik terhadap teman. Temuan ini menegaskan bahwa *teknik self-management* efektif dalam membantu santri mengatur diri, meningkatkan motivasi belajar, serta membentuk karakter disiplin dan bertanggung jawab.

B. Saran

Dalam penelitian ini, peneliti menyadari masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu peneliti mengharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk lebih menyempurnakan hasil penelitian ini dengan sempurna. Adapun saran-saran dari penelitian ini adalah:

1. Konselor atau Terapis Hendaknya meningkatkan kemampuan dalam pelaksanaan teknik konseling khususnya konseling cognitive behavior yang membutuhkan kreativitas konselor dalam modifikasi perilaku. Hal ini sangat penting supaya konselor lebih percaya diri dalam pemberian treatment. Kemudian hendaknya melakukan penelitian dengan waktu yang lebih lama serta persiapan yang lebih matang lagi pada penelitian berikutnya, supaya mendapatkan perubahan yang lebih signifikan.

2. Konseli Rasa optimisme dan percaya pada diri sendiri memengaruhi proses pembelajaran dan prestasi belajar yang diharapkan. Untuk itu hendaknya konseli meningkatkan rasa optimisme dan percaya diri agar potensi dan prestasi lebih meningkat
3. Pembaca dan sivitas akademika program studi Bimbingan dan Konseling Menjadi rujukan bagi para konselor dan pembaca yang ingin mengembangkan konseling dengan teknik self management dalam mengatasi kesulitan belajar bahasa Arab dan kesulitan belajar lainnya. Semoga dapat dimanfaatkan seluas-luasnya untuk kepentingan pengembangan Bimbingan dan Konseling selama mencantumkan nama peneliti jika dikutip dalam karya ilmiah.