

## BAB V

### KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Setelah semua tahap dalam penelitian dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan teknik Wilcoxon Match Pairs dengan SPSS 20.0, diperoleh hasil nilai Asymp. Sig = 0.028. Hipotesis penelitian diuji pada taraf signifikansi  $\alpha = 0.05$  atau tingkat kesalahan sebesar 5%, maka nilai Asymp. Sig = 0.028 < nilai signifikansi  $\alpha = 0.05$ , dan dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, hal tersebut dapat diartikan bahwa terjadi peningkatan pada kepercayaan diri responden setelah diberikan biblioterapi. Kesimpulannya adalah biblioterapi berpengaruh terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa.
2. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, biblioterapi berpengaruh terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa. Biblioterapi merupakan salah satu alternatif metode penanganan yang dapat meningkatkan kepercayaan diri karena dalam

biblioterapi siswa memiliki kesempatan untuk melihat permasalahannya dari sudut pandang yang berbeda, berdasarkan cerita dalam literatur yang dibaca. Siswa diberi kesempatan untuk mengidentifikasi sikap dan sifat karakter utama, serta kejadian-kejadian penting dalam cerita. Hal tersebut mengakibatkan individu memperoleh pemahaman diri dari orang-orang yang memiliki permasalahan yang hampir serupa dengan dirinya, serta mempelajari bagaimana cara tokoh utama berjuang untuk bangkit dari masalahnya sehingga dapat membuat mereka termotivasi dan memiliki keyakinan diri untuk menghadapi permasalahan yang dihadapinya, serta dapat mengembangkan penilaian positif terhadap dirinya. Biblioterapi dapat membuka wawasan siswa, membantu siswa mendapatkan pemahaman diri yang baru terhadap masalahnya, memperbaiki penilaian-penilaian negatif siswa terhadap dirinya, dan membelajarkan siswa untuk mengembangkan kemampuan penyelesaian masalah.

## **B. Implikasi**

Berdasarkan hasil penelitian ini, ada beberapa hal yang dapat dipelajari dan dikaji mengenai kepercayaan diri siswa yang rendah. Jika tidak ada tindakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, maka siswa-siswa yang tidak percaya diri akan terhambat dalam

pengembangan dirinya sebagai remaja yang aktif dan berprestasi. Mereka akan semakin merasa rendah diri karena tidak bisa berprestasi seperti teman-temannya, merasa tidak bisa membanggakan keluarga, merasa tidak mampu menggapai cita-cita, dan menjadi pribadi yang kurang bersyukur.

Selain itu, karena siswa kelas VII merupakan siswa baru di sekolah, apabila tidak ada penanganan terhadap permasalahan kepercayaan diri tersebut, maka siswa akan terus mengalami kesulitan dalam bersosialisasi dengan semua *stakeholder* di sekolah. Hal tersebut akan berpengaruh pula kepada hasil belajar siswa karena mereka menjadi tidak termotivasi untuk belajar, bahkan mereka tidak memiliki keinginan untuk hadir di sekolah. Akibatnya, siswa akan mendapatkan hasil belajar yang rendah dan dapat mengakibatkan siswa tidak naik kelas, namun, ketika siswa mampu meningkatkan kepercayaan dirinya, mereka akan mampu menjadi dirinya sendiri untuk berprestasi dan mampu bersosialisasi dengan semua *stakeholder* di sekolah maupun di lingkungan lainnya.

Implikasi dari hasil penelitian ini adalah biblioterapi merupakan salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk siswa yang mengalami permasalahan dengan kepercayaan diri. Hal tersebut terlihat dari hasil *post test* yang mengalami peningkatan dibandingkan dengan hasil *pre-test*.

Penggunaan biblioterapi membuat siswa mendapat pemahaman-pemahaman baru, pandangan-pandangan baru, dan cara pemecahan masalah baru yang tidak mereka pikirkan sebelumnya. Selain itu, biblioterapi membuat mereka mendapatkan motivasi baru untuk menjadi individu yang lebih baik, untuk menghadapi tantangan di masa yang akan datang dan mampu mengembangkan penilaian positif terhadap diri mereka.

### **C. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian penggunaan biblioterapi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII, didapatkan saran-saran sebagai berikut:

#### **1. Bagi guru bimbingan dan konseling**

Untuk guru bimbingan dan konseling di sekolah, sekiranya dapat menggunakan biblioterapi sebagai salah satu alternatif untuk mengatasi permasalahan kepercayaan diri yang rendah. Biblioterapi dapat digunakan untuk merefleksikan diri siswa dan permasalahannya. Selain itu dengan kegiatan membaca literatur baik secara individu maupun secara berkelompok, siswa dapat belajar untuk terbuka akan permasalahannya dan menyadari bahwa permasalahannya harus segera diselesaikan, dapat saling

memberikan dukungan antar guru BK dan siswa atau sesama teman sebaya yang mengikuti kegiatan membaca literatur secara berkelompok, serta diharapkan mampu meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan sosial antar anggota kelompok.

Untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, selain penggunaan biblioterapi dapat juga guru BK melaksanakan kegiatan tambahan seperti *play therapy*, *art therapy*, sosiodrama, dan lain sebagainya.

## 2. Bagi mahasiswa

Bagi mahasiswa maupun pihak lain yang tertarik ingin mengkaji lebih jauh mengenai penggunaan biblioterapi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah kajian ilmiah pendidikan serta sumber pengetahuan bagi mahasiswa dan dapat menjadi bahan referensi bagi pengembangan penelitian selanjutnya.

## 3. Bagi peneliti

Bagi peneliti selanjutnya, hendaknya melakukan beberapa hal berikut ini:

- a. Pemilihan tempat untuk melaksanakan kegiatan biblioterapi diharapkan kondusif, sehingga dalam pelaksanaan biblioterapi yang akan dilakukan dapat berjalan dengan lancar.
- b. Untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa di sekolah, peneliti diharapkan dapat mencoba teknik lainnya untuk menunjang penelitian dengan biblioterapi.
- c. Penggunaan literatur dalam kegiatan penelitian berikutnya diharapkan dapat lebih beragam untuk menambah wawasan dan informasi siswa.