

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan mengenai “ Efektivitas Teknik *Self Talk* dalam Meningkatkan Kemampuan *Problem Solving* Santri “. Selanjutnya setelah data dari hasil penelitian diolah dengan menggunakan perhitungan statistik *SPSS 16.0* dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Kemampuan *Problem Solving* santri sebelum diberi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* adalah rendah. Hal ini dibuktikan dengan skor angket yang diperoleh oleh santri sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* adalah rata-rata adalah 67,25 , sedangkan mean pre test pada *Paired Samples Statistics* adalah 81,50. Ini berarti bahwa kemampuan *problem solving* santri sebelum diberikan layanan teknik *self talk* adalah rendah.
2. Kemampuan *probelm solving* santri setelah diberikan layanan teknik *self talk* dapat dikatakan naik menjadi sedang dan pula ada yang tinggi. Hal ini dibuktikan dengan skor angket yang diperoleh santri adalah rata-rata 82-104. Sedangkan mean post test pada *Paired Samples Statistics* 91,63. Ini berarti bahwa kemampuan *problem solving* santri setelah diberikan layanan teknik *self talk* dikatakan meningkat.
3. Ada peningkatan yang signifikan kemampuan *problem solving* santri antara sebelum dan sesudah penerapan layanan bimbingan kelompok

dengan teknik *self talk*. Hal ini terbukti dari uji hipotesis berdasarkan hasil output tabel *SPSS 16.0*, dimana tingkat signifikansi $< 0,05$ ($0,01 < 0,05$), berarti H_0 ditolak, maka H_a diterima artinya bahwa Ada peningkatan kemampuan *problem solving* santri antara sebelum dan sesudah penerapan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk*.

B. SARAN

1. Pemanfaatan

Saran pemanfaatan penelitian ini bagi pondok pesantren antara lain bahwa *problem solving* sangat penting perannya dalam kehidupan, terutama bagi santri yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan pemandirian diri didalam pondok pesantren. Karena peran *problem solving* dapat mempengaruhi proses pemahaman lingkungan dipesantren bagi santri. Oleh karenanya, diharapkan semua santri dapat memiliki kemampuan *problem solving* yang baik. Bagi pesantren-pesantren dapat menggunakan teknik *self talk* untuk membantu meningkatkan kemampuan *problem solving* santri. Penggunaan teknik *self talk* efektif untuk untuk membantu santri dalam meningkatkan kemampuan *problem solving*, karena santri lebih mudah berbicara dengan diri sendiri untuk memecahkan masalahnya, daripada harus meminta nasihat dari temannya, karena dengan berbicara pada diri sendiri lebih mengetahui keadaan yang sesungguhnya tanpa ada suatu hal yang ditutupi, dan dapat menjadikan diri sendiri merasakan intropeksi diri.

2. Pengembangan

Saran pengembangan dalam penelitian ini yaitu dalam dalam hal penggunaan teknik *self talk*. Perlunya pengembangan efektivitas teknik *self talk* untuk meningkatkan suatu hal selain kemampuan *problem solving*, yang terpenting bagi pengembangan intraksi santri didalam pesantren untuk bekal suatu hari nanti ketika santri sudah mukim dan bermasyarakat. Seiring perkembangan zaman yang semakin moderen semakin milenial mungkin ada lain hal yang perlu ditingkatkan dengan menggunakan teknik *self talk*.

C. PENUTUP

Allhamdulillahirobbil'Alamin puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Ilahirobbi, peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini atas berkat usaha, jerih payah, jatuh dan bangkit lagi berulang-ulang dan motivasi dari keluarga yang luar biasa, calon suami tercinta yang selalu menghadirkan bait do'a dalam sajadahnya lima waktu, untuk bapak pembimbing 1 dan 2 yang sangat membantu dan sabar membimbing peneliti, semoga menjadi amal ibadah yang dapat memberi syafaat diyaumul kiyamah nanti allohuma amin, serta semua yang telah memberi semangat pada peneliti serta yang paling utama atas pertolongan dari Allah STW. Harapan peneliti semoga penelitian ini dapat bermanfaat khususnya bagi peneliti dan umumnya bagi dunia pendidikan dipesantren maupun disekolah.

Peneliti juga mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses menyelesaikan skripsi ini, peneliti menyadari bahwa hasil penelitian ini sangatlah jauh dari kata sempurna. Oleh karenanya peneliti mengharap kritik konstruktif dan saran demi penyempurnaan penelitian ini.