

BAB V

SIMPULAN

A. SIMPULAN

Berdasarkan hasil peneitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan konsentrasi belajar dapat ditingkatkan melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* pada santri Pondok Pesantren Raudlatul Huda Adipala. Dari simpulan utama dapat dijabarkan simpulan sebagai berikut :

1. Konsentrasi santri Pondok Pesantren Raudlatul Huda Adipala sebelum mendapat layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* menunjukkan hasil bahwa santri belum mampu berkonsentrasi dengan baik ketika belajar. Hal ini dibuktikan dengan skor angket yang diperoleh santri sebelum diberi layanan konseling kelompok dengan teknik self management dengan jumlah 80-90 kategori rendah dan 92-103 pada kategori konsentrasi belajar sedang.
2. Adanya perbedaan yang signifikan antara konsentrasi belajar sebelum dan sesudah diberi *treatmeant*, dimana terjadi peningkatan konsentrasi belajar setelah diberi layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Hal ini dibuktikan dengan hasil *paired sample t test* bahwa $-t \text{ hitung} < -t \text{ tabel}$ ($-10.234 < 9.258$), dan dibuktikan pula pada *output independent sample t test* bahwa signifikansi $< 0,05$ ($0,000 < 0,05$) berarti H_0 ditolak. Maka H_a

diterima, artinya ada perbedaan antara sebelum dilakukan *treatmean* dan sesudahnya.

B. IMPLIKASI

Berdasarkan kesimpulan hasil analisis seperti tersebut diatas dapat diketahui bahwa terdapat dampak positif dan signifikan dari variabel bebas dengan variabel terikat. Hal ini memberikan petunjuk kepada pihak Pondok Pesantren dan juga santri bahwa konsentrasi belajar yang baik sangat penting bagi keoptimalan hasil belajarnya. Dengan teknik *self management* santri bisa belajar mengelola waktu yang dia punya untuk menghilangkan hal-hal yang menimbulkan ia kurang berkonsentrasi saat proses belajar mengajar dan meningkatkan perilaku yang mendukung meningkatnya konsentrasi belajar. Santri juga belajar bertanggung jawab atas segala hal yang ia lakukan beserta kosekuensi yang harus dihadapi.

C. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dibuktikan adanya peningkatan konsentrasi belajar siswa setelah mendapatkan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*, maka ada beberapa saran yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan, yaitu:

1. Ustadz atau ustadzah hendaknya dapat lebih memahami bagaimana tingkat konsentrasi belajar para santri ketika kegiatan belajar mengajar berlangsung dan dapat memotivasi santri untuk aktif

dalam belajar, karena konsentrasi belajar santri di kelas dapat mempengaruhi kualitas proses pembelajaran dan pemahaman santri terhadap pelajaran yang berpengaruh pada hasil belajar santri.

2. Pihak Pesantren hendaknya mengadakan diskusi kelompok untuk santri yang membutuhkan penanganan masalah, belajar tertentu khususnya masalah konsentrasi belajar, agar dapat membantu santri mengoptimalkan hasil belajarnya.