

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari analisis data dalam bab IV, yakni dengan menggunakan rumus uji *Wilcoxon* pada data *pre-test* dan *post-test* kuesioner kecemasan *Zung Self Rating Anxiety Scale* disimpulkan bahwasanya penerapan konseling *client centered* efektif dalam menurunkan kecemasan yang dialami oleh siswa korban perceraian di kelas XII SMA Al-Ulum Medan. Hasil perhitungan uji *Wilcoxon* didapati bahwasanya nilai *Asymp Sig (2-tailed)* sebesar 0,005 dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ yang menyatakan bahwa $0,005 < 0,05$ sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak. Dengan demikian, penelitian ini dapat menguji kebenaran hipotesis yang diajukan, yaitu “Terdapat penurunan kecemasan pada remaja korban perceraian melalui penerapan konseling *client centered* di kelas XII SMA Al-Ulum Medan”.

B. Saran

Berdasarkan hasil dalam penelitian ini, peneliti ingin memberikan saran-saran yang sifatnya membangun antara lain :

1. Bagi Guru Bimbingan Konseling, diharapkan dapat membantu siswa dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan penerapan konseling dengan berbagai pendekatan dan teknik dalam konseling yang sesuai dengan permasalahan yang dihadapi oleh siswa. Salah satu pendekatan konseling yang dapat diterapkan adalah *client centered* dan teknik konseling yang dapat digunakan yaitu kongruensi, empati dan *unconditional regard positive*.
2. Bagi siswa, diharapkan dari penelitian ini agar siswa dapat mengetahui dan memahami gejala psikologis yang mungkin dialami salah satunya adalah kecemasan serta dapat membantu memberikan informasi mengenai upaya untuk menurunkan tingkat kecemasan.

3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti dapat membantu memberikan gambaran dan menjadi referensi bagi penulis lain.

