

BAB V PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang berjudul “Penerapan Layanan Konseling Individual Melalui Teknik *Art Therapy* Sebagai Pengungkapan Emosi Peserta Didik di MA NU Banat Kudus”, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Kecerdasan emosional peserta didik MA NU Banat Kudus khususnya di kelas X E 11 termasuk dalam kategori sudah baik. Berdasarkan hasil *pre-test* yakni 5 peserta didik dalam kategori rendah, 25 peserta didik dalam kategori sedang, dan 3 peserta didik dalam kategori tinggi. Peserta didik yang masuk dalam katgeori rendah dapat dikatakan cukup baik karena skor yang didapatkan sudah mendekati kategori sedang. Tetapi perlu untuk diberikan *treatment* agar kecerdasan emosional peserta didik tersebut dapat meningkat lebih baik.
2. Penerapan layanan konseling individu dengan teknik *art therapy* hanya diberikan kepada peserta didik yang kecerdasan emosionalnya masuk dalam kategori rendah. Pemberian layanan konseling individu dengan teknik *art therapy* dilakukan dalam satu kali pertemuan hal tersebut disesuaikan pada saat tahap *follow up*. Peserta didik diberikan teknik *art therapy* ketika sudah masuk pada tahap inti kegiatan. Setelah layanan diberikan, peneliti memberikan *post-test* kepada 5 peserta didik yang sudah diberikan layanan dan didapatkan hasilnya meningkat yang mana pada awalnya masuk dalam kategori rendah menjadi sedang.
3. Berdasarkan hasil uji hipotesis (*paired sample t-test*) didapatkan hasil nilai signifikansi $0.002 < 0.05$, maka H_a diterima yang artinya layanan konseling individu dengan teknik *art therapy* efektif dalam membantu mengungkapkan emosi peserta didik di MA NU Banat Kudus. Berdasarkan hasil analisis persentase *pretest-posttest* mencapai 19% sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individu dengan teknik *art therapy* efektif dalam membantu mengungkapkan emosi peserta didik di MA NU Banat Kudus.

B. Saran-saran

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi madrasah diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan sebagai peningkatan mutu Madrasah khususnya pengembangan program layanan bimbingan dan konseling.
2. Bagi guru BK, diharapkan sebagai pembimbing sekaligus orang tua peserta didik di sekolah untuk lebih memaksimalkan pelayanan bimbingan dan konseling dan lebih meningkatkan bantuan kepada peserta didik yang cenderung memiliki kepribadian introvert ataupun peserta didik yang memang tinggal jauh dari keluarga misalkan di pondok pesantren dengan memberikan teknik *art therapy* atau teknik lain sehingga peserta didik mampu mengungkapkan emosinya dengan baik.
3. Bagi peserta didik, diharapkan mampu tidak merasa sungkan untuk berbagi cerita dengan guru BK, mampu mengungkapkan emosi yang dirasakan dengan sikap positif, dan dapat bersosialisasi dengan baik terhadap teman, guru, orang tua, dan orang lain.
4. Bagi peneliti lain, dapat mengembangkan layanan bimbingan dan konseling dengan teknik *art therapy* dalam bentuk yang berbeda seperti mewarnai/melukis, bermain drama, tari, musik, dan puisi.

