

## BAB V PENUTUP

### A. SIMPULAN

Adanya pengaruh layanan konseling behavioral dengan teknik *self management* terhadap perilaku agresif peserta didik kelas VIII di MTs Silahul Ulum, hal ini ditunjukkan dengan hasil perhitungan pada nilai *pre test* dan *post test*, adapun nilai dari masing-masing yaitu pada *pre test* 167,62 sedangkan nilai *post test* 125,88.

Adapun hasil *uji T-Test* menunjukkan bahwa nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ , artinya ada perbedaan signifikansi antara hasil sebelum dan sesudah diberikan treatment. Dapat dilihat dari hasil treatment menunjukkan bahwa Layanan Konseling Behavioral Dengan Teknik *Self Management* Berpengaruh untuk mengurangi perilaku Agresif.

Layanan konseling behavioral dengan teknik *self management* dapat digunakan untuk mengurangi perilaku agresif di MTs Silahul Ulum. Dalam layanan konseling behaviora, konselor lebih berfokus memecahkan permasalahan yang berkaitan dengan tingkah laku. Sehingga dari tingkah laku tersebut konselor menggunakan teknik *self management* untuk mengelola pribadi konseli menjadi lebih baik. Gambaran perilaku agresif di kelas VIII B MTs Silahul Ulum lebih condong ke dalam perilaku agresif fisik dan verbal.

### B. SARAN

Berdasarkan pembahasan di atas, peneliti memberikan saran kepada beberapa pihak, antara lain:

1. Peserta didik perlu menindaklanjuti kegiatan konseling behavioral dengan teknik *self management* yang berguna untuk mereduksi tingkat perilaku agresif pada peserta didik. Sehingga dari layanan konseling behavioral, peserta didik dapat memahami mengenai bahaya perilaku agresif yang dapat merugikan orang lain, dapat mengganggu proses belajar dan mengajar dilingkungan kelas ataupun lingkungan sekolah.
2. Guru Bimbingan dan Konseling (BK), hendaknya lebih memperhatikan perilaku yang dimiliki peserta didik guna menghindari peserta didik yang memiliki kriteria perilaku agresif dapat diatasi sedini mungkin. Sehingga dapat mencegah terjadinya perilaku agresif.