

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis data pada bab IV dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Gambaran tingkat kepercayaan diri siswa SMP Negeri 1 Maospati sebelum diberikan layanan bimbingan klasikal teknik *cinematherapy* yaitu diperoleh jumlah siswa yang termasuk dalam kategori sedang sebanyak 68% dan pada kategori tinggi sebanyak 32%.
2. Gambaran tingkat kepercayaan diri siswa SMP Negeri 1 Maospati setelah diberikan layanan bimbingan klasikal teknik *cinematherapy* yaitu diperoleh jumlah siswa yang termasuk dalam kategori sedang 58% dan pada kategori tinggi 42%.
3. Terdapat pengaruh signifikan bimbingan klasikal dengan teknik *cinematherapy* terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa kelas VIII D SMP Negeri 1 Maospati.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, selanjutnya penulis kemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Guru BK/Konselor
 - a. Dengan hasil penelitian tersebut diharapkan konselor memberikan pemahaman kepada orangtua bahwa menonton film dapat berguna dalam meningkatkan kepercayaan diri anak.

b. Konselor diharapkan dapat menerapkan dan mengimplementasikan program bimbingan klasikal dengan menggunakan teknik *cinematherapy* yang disusun oleh peneliti sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa.

2. Bagi Siswa

Dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri melalui film, siswa perlu berkoordinasi dengan guru BK terkait film apa saja yang layak ditonton khususnya dalam upaya peningkatan kepercayaan diri.

3. Bagi Orangtua

Orangtua dapat memberikan kebebasan terhadap cara/media yang dipilih anak dalam mengeksplorasi diri guna meningkatkan rasa kepercayaan diri anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, Widiyanto (2013). *Statistika Terapan : Konsep dan Aplikasi dalam Penelitian Bidang Pendidikan, Psikologi dan Ilmu Sosial Lainnya*. PT Alex Media Komputindo, Jakarta.
- Andani, T. & Sarilah. (2023). *Hubungan Antara Kesadaran Diri Dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Kayangan*. *Lentera Pendidikan Indonesia*, 4(1), 351-357.
<file:///C:/Users/hanif/Downloads/108-Article%20Text-265-1-10-20230207.pdf>.
- Angelis, B. 2003. *Confidence (Percaya Diri) Sumber Sukses Dan Kemandirian. Cetakan ketujuh*. Jakarta: Gramedia pustaka utama.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar S. 2012. *Reliabilitas dan Validitas (Edisi keempat)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Berg-Cross, L., Jennings, P., & Barunch, R. (1990). *Cinematherapy: Theory and Application. Psychotherapy in Private Practice*, 8 (1), 135 – 156.
- Danny, W. Pettry. (2014). *Cinema Therapy an Idea for Recreational Therapist. Huntington: www.DannyPettry.com*.
- Dirjen Peningkatan Mutu Pendidikan dan Tenaga Kependidikan Departemen Pendidikan Nasional (PMPTK) 2007: 40.
- Fatimah, E. 2010. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia.
- Gazda, 1984. *Group Counseling A Developmental Approach. Third Edition*. Toronto: Allyn and Bacon. Inc.
- Ghufron, M.N dan Risnawita S. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Azzura Media.
- Hadriani.2019. Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik *Cinematherapy* dalam Meningkatkan *Self Confident* Siswa Kelas VIII SMP Negeri 10 Palopo. Skripsi. Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Palopo.
- Hakim, T. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Hakim, T. 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.

- Hidayat, D.R. 2018. *Konseling di Sekolah: pendekatan-pendekatan kontemporer. Edisi Pertama. Cetakan Pertama*. Prenada Media Group. Jakarta.
- Hutchings, Dermer. 2000. Utilizing Movies In Family Therapy. Applications for individuals couples & Families. *The American Journal of Family Therapy*. Vol. 28. Hal 1.
- Ivantoro, D. 2017. *Peningkatan Karakter Self Leadership Melalui Bimbingan Klasikal dengan Pendekatan Experiential Learning*. Skripsi. Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma.
- Januriastuti, T.E.(2017).*Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Prestasi Belajar Siswa Pada Sd Negeri Pulogebang 24 Pagi Jakarta Timur*.Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar.Vol.V, No. 2. <https://jurnal.unismabekasi.ac.id/index.php/pedagogik/article/view/450/352>.
- Jayati, B. D. (2018). Pemanfaatan cinema therapy dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan self efficacy karir siswa kelas XI SMA Negeri 1 Baureno Bojonegoro. *Jurnal BK UNESA*.Vol 8 No 1. <file:///C:/Users/hanif/Downloads/22291-Article%20Text-26302-1-10-20171229.pdf>.
- Juntika, A.N. 2013. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Belakang Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.
- Kartikasari, L.T.2015. Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X Sma Negeri 4 Kediri Tahun Pelajaran 2015/2016.*Jurnal Universitas Nusantara PGRI Kediri*. http://simki.unpkediri.ac.id/mahasiswa/file_artikel/2015/11.1.01.01.0166.pdf.
- Khusnia, S dan Rahayu, S.A. (2010).Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Kepercayaan Diri Remaja Tuna Netra.Jurnal Penelitian Psikologi. Vol.1. No.1. 41-42.
- Komara, I.B.2016.Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa.Psikopedagogia, Vol.5, No.1. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=452156&val=7242&title=Hubungan%20antara%20Kepercayaan%20Diri%20dengan%20Prestasi%20Belajar%20dan%20Perencanaan%20Karir%20Siswa%20SM>P.
- Larasati, I.T.2020.Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Cinematherapy Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI SMK

Negeri 7 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. (Online) Tersedia: <http://repository.radenintan.ac.id/11290/1/Awal%20-%20BAB%20II%20dan%20Daftar%20Pustaka.pdf>. Diakses Tanggal 25 Maret 2023.

Lauster, Peter. (2008). Tes kepribadian. Ed. Cet. 8. Jakarta: Bumi Aksara.

Lefkoe, Murty. 2012. Strategi Peningkatan Motivasi Belajar. Jakarta: Rineka Cipta

Mardatillah. (2010). Pengembangan Diri. STIE Balikpapan: Madani.

Miller, Frank, W, Guidance; Principles and services,(Merrill Books,Colombus 1961).

Ningsih, A.M.; Hidayat, D.R; Setiyowati, E. 2016. Pengaruh Penggunaan Chinematherapy terhadap peningkatan Motivasi Belajar Siswa (Studi Kasus Eksperimen terhadap siswa kelas XI di SMA N 59 Jakarta) Jurnal Bimbingan Konseling. Vol. (3) No. 1.

Permendikbud No. 111 tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah.

Powell, Michael Lee. (2006). Group Chinematherapy: Using Metaphor To Enhance Adolescent Self Esteem. Journal the Arts of Psychotherapy. University of Arkansas. Volume 33. Hlm. 247-253.

Prayitno dan Erman Amti. (1994). Dasar-dasar bimbingan dan konseling, Jakarta: Rineka Cipta.

Rob, Allen and Nina Krebs. (2007). Dramatic psychological storytelling using the expressive arts and psychotheatrics. Palgrave Macmillan: Martin's Press.

Romlah, Tatik. 2001. Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok. Malang: Universita Negeri Malang.

Rosidah, Ainur. 2017. "*Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Underachiever*". Jurnal Fokus Konseling, Vol.3 No.2.

R.Siti.2015.Pengaruh Penggunaan Cinematherapy Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Sma. Skripsi. Universitas Negeri Jakarta.(Online) tersedia: [R SITI YULIANA.pdf](#). Diakses tanggal 23 Maret 2023.

Santrock (2003) John W. *Adolescence. Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga.

Sapiana, 2013. *Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Terhadap Motivasi Belajar Siswa*. Skripsi, Universitas Negeri Gorontalo. (Online) tersedia : <http://eprints.ung.ac.id/2358/>. Diunduh 22 Februari 2023.

- Saputra, W. N. E., & Prasetiawan, H. (2018). Meningkatkan Percaya Diri Siswa melalui Teknik *Cognitive Defusion*. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 3(1), 14–21. <https://doi.org/10.17977/um001v3i12018p014>.
- Solomon, G. (2001). *Reel therapy: How movies inspire you to overcome life's problems*. BookBaby.
- Suarez. 2006. *Chinematerapi Untuk Anak*. Jakarta: Departemen Psikologi Antiock University.
- Sudjana.2001. *Metode Statistika, Edisi Revisi, Cet. 6*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhertina.2014.*Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Pekanbaru: CV Mutiara Pesisir Sumatra.
- Sulistiyowati, E. dan Setiawati, D. 2016. Pemanfaatan cinematherapy dalam bimbingan kelompok untuk pemahaman tentang meningkatkan perilaku prososial siswa kelas VIII di SMP N 2 Meganti. *Vol 6, No 2*.
- Suwasono. 2014. *Pengantar Film*. Yogyakarta: Badan Penerbit ISI Yogyakarta.
- Walgito, B. 2000. *Psikologi Sosial : Suatu Pengantar*. Yogyakarta : Andi Offset.
- Willis, SS. (2009). *Konseling Individual Teori dan Praktik*. Bandung. Alfabeta.
- Wols, Birgit. 2004. *E-Motion Picture Magic A Movie Lovers Guide To Healing Transformatiob*. Colorado. Glendbridge Publishing.Ltd.
- Yang, H., & Lee, Y. (2005). *The Use Of Single-Session Cinematherapy And Aggressive Behavioral Tendencies Among Adopted Children: A pilot study*. American Journal of Recreation Therapy.
- Yusuf. S. et all, 2016. *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan Dan Konseling Sekolah Menengah Atas (SMA)*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan.