

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan interpretasi hasil analisis data penelitian yang telah dipaparkan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa penerapan teknik *self-talk* melalui bimbingan kelompok efektif meningkatkan disiplin belajar siswa pada siswa kelas XI IPA¹ SMAK Sint Carolus Kupang tahun pelajaran 2019/2020.

B. Saran

Bertolak dari simpulan di atas maka, peneliti mengemukakan saran-saran kepada:

1. Kepala sekolah diharapkan untuk meningkatkan kerjasama dengan semua pihak baik guru BK, guru mata pelajaran dan wali kelas untuk melancarkan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-talk* agar dapat membantu siswa meningkatkan disiplin belajarnya.
2. Guru BK diharapkan agar secara berkesinambungan memberikan bimbingan kepada siswa dengan menerapkan teknik *self-talk* untuk meningkatkan disiplin belajar siswa.
3. Guru mata pelajaran diharapkan agar selalu menginformasikan kepada guru BK, siswa yang disiplin belajarnya rendah untuk dibantu melalui bimbingan kelompok dengan teknik *self-talk* untuk meningkatkan disiplin belajar siswa.

4. Siswa diharapkan agar terlibat aktif dalam memanfaatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-talk* yang dilaksanakan oleh guru BK untuk meningkatkan disiplin belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asrori. 2011. *Psikologi Remaja-Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Asy, Mas'udi. 2000. *Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan*. Yogyakarta: PT. Tiga Serangkai.
- Budiningsih. 2005. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Erford, Bradley. 2016. *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Gie, The Liang. 2000. *Cara Belajar Yang Baik Bagi Mahasiswa Edisi Kedua*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Magis. 2008. *Self Hyprosis Teknik Efektif Untuk Memprogram Ulang Pikiran Bawah Sadar, Guna Mengatasi Berbagai Masalah Psikologis Dan Perkembangan Diri*. Jakarta: Erlangga.
- Margono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Moenir. 2010. *Manajemen Pelayanan Umum di Indonesia*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Muhibbin. 2000. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Nasir. 2010. *Metode Penelitian*. Jakarta: Erlangga.
- Prayitno. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Prayitno. 2012. *Jenis Layanan Dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: UNP.
- Seniati, Liche, dkk. 2011. *Psikologi Eksperimen*. Jakarta: Indeks.
- Silalahi, Ulber. 2010. *Metode Penelitian Sosial*. Bandung: Refika Aditama.
- Sugiyono. 2004. *Metode Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2010 *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Sugiyono. 2016 *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung Alfabeta.
- Sukardi. 2002. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukardi. 2008. *Pengantar Program Bimbingan dan Konseling di sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukmadinata. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Tohirin. 2007. *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah*. Jakarta. PT. Raja Grafindo.
- Tu'u. 2004. *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Belajar*. Jakarta: Grasindo
- Walgito. 2000. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi Off Sef.
- Wantah. 2005. *Pengembangan Disiplin Dan Pembentukan Moral Pada Anak Usia Dini*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Wibowo, Mungin Eddy. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang:
- Widhiarso, Wahyu. 2011. *Aplikasi Campuran Untuk Desain Pre-Post Test Design*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Winkel, WS. 2004. *Bimbingan dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Anneahira. 2012. Pengaruh Disiplin Terhadap Prestasi Belajar Siswa. Artikel. Diakses melalui URL: <http://www.anneahira.com/pengaruh-disiplin-terhadap-prestasi-belajar.htm>). Diakses pada tanggal 05 Mei 2012. Jurnal
- Wahyono, B. 2012. Pengertian Kedisiplinan Belajar. Artikel. Diakses melalui URL: http://www.pendidikanekonomi.com/search/label/pendidikan._pdf pada tanggal 10 Oktober 2019. Jurnal
- Hamel, Maria Omida. 2018. "Efektifitas Penerapan Teknik Self-Management melalui Bimbingan kelompok Untuk meningkatkan disiplin Belajar Siswa Kelas XI IPS² SMA Negeri 9 Kupang. (Skripsi) Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Katolik Widya Mandira, Kupang.
- Pranata, Alfristo 2016. *Meningkatkan disiplin belajar melalui teknik self talk Positif terhadap kemampuan free throw peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 15 Yogyakarta tahun pelajaran 2015/2016*. Yogyakarta. Skripsi

Sari, Limaran Putri 2017. *Keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik self talk untuk meningkatkan kepemimpinan siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Semarang 2017*.semarang. Skripsi