

## **BAB IV**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Simpulan dari penelitian yang mengkaji tentang pengaruh konseling rasional emotif terhadap peningkatan rasa percaya diri Alumni SMK Bina Taruna Jurusan TKJ tahun kelulusan 2015 ini menggunakan formula ABC yang dikembangkan oleh Albert Ellis serta menggunakan pendekatan konseling individual untuk meningkatkan rasa percaya diri alumni, yang kemudian di analisis secara statistik yang menghasilkan kesimpulan bahwa:

1. Penerapan Konseling Rasional Emotif berpengaruh terhadap peningkatan rasa percaya diri alumni SMK Bina Taruna Jurusan TKJ tahun kelulusan 2015;
2. Rasa percaya diri alumni setelah dilakukan proses konseling rasional emotif meningkat dengan persentase peningkatan sebesar 6,4%.

#### **B. Saran**

Dalam proses penelitian ini ada beberapa masalah yang belum terpecahkan, sehingga peneliti mengajukan beberapa saran untuk peneliti yang akan mengkaji tentang konseling rasional emotif, antara lain:

1. Penelitian ini belum mengkaji tentang pencapaian lebih lanjut setelah meningkatnya rasa percaya diri sampel.

2. Penelitian ini bisa digunakan sebagai salah satu model Bimbingan Konseling yang ada pada komunitas Kurhid of Slow dalam meningkatkan rasa percaya diri Alumni SMK Bina Taruna jurusan TKJ tahun kelulusan 2015.
3. Penelitian ini dapat memberikan sumbangsih keilmuan kepada instansi/pemerintah/lembaga guna meminimalisir kekakuan aktualisasi dan sosialisasi yang terjadi pada individu, serta menambah pemahaman atas pentingnya peningkatan rasa percaya diri untuk menunjang perkembangan psikologis, fisiologis, sosiologis individu dimasa yang akan datang (khususnya) dimasyarakat.

