

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh penulis dengan judul ‘Pengaruh *Time Management* Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kesadaran Diri Remaja Akhir Di Lingkungan Sumur Jaya RW 06, Kelurahan Tamansari, Kecamatan Pulomerak, Kota Cilegon, Banten’.

Maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. *Time Management* yang dilaksanakan remaja sebelum diberikan treatment bimbingan kelompok berada pada kriteria rendah dengan jumlah 269 dan skor means 44.83.
2. Kesadaran diri yang dialami remaja sesudah diberikan treatment bimbingan kelompok dengan teknik *time management* mengalami peningkatan menjadi 382 berada pada kriteria tinggi serta skor mean 63.67.
3. Berdasarkan penelitian yg ditemukan bahwa penggunaan treatment bimbingan kelompok menggunakan teknik *time management* berpengaruh serta bisa mempertinggi pencerahan diri, hal ini di perkuat dengan akibat uji *t paired sample t test*, yang menggambarkan sig (2-tailed) $> 0,05$ ($0,003 > 0,05$) serta nilai (*t*) 5.476. pertanda maka terdapat efek dari treatment bimbingan kelompok menggunakan teknik *time management* buat menaikkan pencerahan diri di remaja akhir.

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan tersebut, maka hasil penelitian yang telah di paparkan dapat diajukan beberapa saran, di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Bagi remaja diperlukan buat bisa konsisten dalam mempertinggi kesadaran diri dalam mengelola waktu. serta lebih efektif, lebih tertib pada melaksanakan tanggung jawab dan kewajibannya.
2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan mampu lebih mengembangkan penelitian ini menjadi lebih baik lagi, serta dapat mengembangkan

teknik time control pada permasalahan-permasalahan yang berbeda, waktu pemberian perlakuan dalam setiap pertemuan diperpanjang agar hasil dan pelatihan yang diberikan dapat lebih baik dan memperoleh hasil lebih maksimal. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat meneliti perbandingan kesadaran diri pada remaja yang tinggal di desa dan di kota.