

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan dari hasil penelitian sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok oleh peneliti diketahui bahwa kondisi remaja penggemar K-Pop di komunitas NCTZEN Kota Cilegon mempunyai penyesuaian diri yang buruk sehingga menunjukkan kontrol diri yang belum baik, seperti sulit untuk menunda kepuasan, ketika mereka mendapat kabar bahwa idola mereka kencan dengan idola lainnya mereka akan merasa marah dan sedih karena merasa sudah diselingkuhi, kemudian menghakyal atau berhalusinasi bahwa mereka adalah pacar atau bahkan istri dari idolanya.
2. Berdasarkan hasil penelitian mengenai “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan *Self-Control* Pada Remaja Penggemar K-Pop Kota Cilegon (Komunitas NCTZEN)”, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata *self-control* remaja sebelum dan sesudah menerima layanan bimbingan kelompok. Sebelum layanan diberikan, rata-rata *self-control* berada pada angka 96,14, dan meningkat menjadi 125,714 setelah layanan diberikan. Hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti layanan bimbingan kelompok memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kontrol diri remaja penggemar K-Pop.
3. Berdasarkan hasil analisis N-Gain, terdapat peningkatan *self-control* setelah pelaksanaan bimbingan kelompok, dengan rata-rata nilai N-Gain sebesar 1,1924. Karena nilai N-Gain tersebut $\geq 0,07$, maka termasuk dalam kategori tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan kontrol diri remaja penggemar K-Pop Kota Cilegon Komunitas NCTZEN.

B. Saran

Dengan merujuk pada temuan dan analisis yang telah dijelaskan sebelumnya, penelitian ini memberikan saran

1. Penelitian kuantitatif mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi rendahnya *self-control* remaja penggemar K-Pop, seperti pengaruh lingkungan sosial, intensitas konsumsi konten, dan peran keluarga. Studi komparatif antara remaja penggemar K-Pop dan non-penggemar K-Pop di Kota Cilegon untuk melihat perbedaan tingkat *self-control*. Survei skala besar untuk memetakan tingkat *self-control* remaja penggemar K-Pop berdasarkan usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan
2. Penelitian kuantitatif menggunakan desain *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur perubahan *self-control* secara signifikan setelah intervensi.

Studi longitudinal untuk melihat keberlanjutan efek layanan bimbingan kelompok terhadap self-control dalam jangka waktu 3–6 bulan. Analisis hubungan antara keaktifan peserta dalam sesi bimbingan kelompok dengan tingkat peningkatan self-control.

3. Penelitian tindakan (*action research*) yang mengevaluasi proses, kendala, dan keberhasilan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Studi eksperimen dengan kelompok kontrol (*control group*) untuk menguji efektivitas intervensi secara lebih objektif. Evaluasi persepsi peserta terhadap isi, metode, dan manfaat bimbingan kelompok untuk pengembangan program yang lebih tepat sasaran.