

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil analisis yang didapatkan dari penelitian tentang pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif dalam mereduksi *homesickness* santri di pondok pesantren Baitul Qur'an Banten. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat *homesickness* pada santri di pondok pesantren Baitul Qur'an Banten sebelum diberikannya intervensi bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif berada dalam kategori tinggi hingga sangat tinggi, kemudian terdapat penurunan tingkatan *homesickness* pada santri di pondok pesantren Baitul Qur'an Banten setelah mereka diberikannya intervensi bimbingan kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif menjadi sedang, rendah hingga sangat rendah. Hal ini dapat dibuktikan dari skor yang didapatkan mereka pada saat *pretest* dan *posttest*.
2. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif terbukti bahwa terdapat pengaruh dalam mereduksi *homesickness* santri di pondok pesantren Baitul Qur'an Banten. Pernyataan ini dapat dilihat dari hasil uji hipotesis dengan uji *wilcoxon*. Berdasarkan hasil dari uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Oleh dari itu dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif berpengaruh dalam mereduksi santri *homesickness* di pondok pesantren Baitul Qur'an Banten.

B. Saran

1. Pondok pesantren Baitul Qur'an Banten

Diharapkan kegiatan layanan bimbingan kelompok dapat dikembangkan serta diterapkan secara berkelanjutan kepada para santri yang mengalami *homesickness*, sebagai bentuk pencegahan terjadinya *drop out* dari pesantren (meninggalkan tempat pesantren), agar populasi santri tidak berkurang, oleh karena itu dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam memberikan layanan yang serupa untuk mereduksi *homesickness* pada santri.

2. Santri

Diharapkan kepada santri untuk selalu menerapkan dan mempertahankan perubahan hasil setelah melaksanakan layanan bimbingan kelompok secara konsisten, untuk tetap menerapkan pikiran positif disetiap harinya, memotivasi diri untuk tetap bertahan menuntut ilmu di pesantren dengan baik, menjalankan aktivitas dengan semangat, melaksanakan kewajiban, serta mentaati peraturan dengan baik.

3. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk memperluas lagi referensi yang berkaitan dengan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif untuk mereduksi *homesickness* dan penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan untuk peneliti selanjutnya yang akan meneliti mengenai *homesickness*. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya juga dapat mengembangkan dan meningkatkan layanan bimbingan kelompok dengan berbagai teknik yang lebih efektif seperti teknik CBT (*cognitive behavior therapy*) karena pada teknik tersebut tidak hanya memfokuskan pada perubahan pola pikir negatif saja, melainkan juga dapat membantu dalam perubahan pada tingkah laku yang maladaptif menjadi adaptif.