

BAB IV

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan beberapa dari analisis data, maka dapat disimpulkan kesimpulan hasil dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Tingkat kepercayaan diri 8 siswa *broken home* di Mts Al-hidayah sebelum perlakuan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) berada di rata-rata skor 95.25. dan merujuk kepada pedoman kategori skor menurut Lauster bahwa tingkat kepercayaan diri siswa *broken home* masuk ke dalam kategori yang lemah (*weak*).
2. Tingkat kepercayaan diri 8 siswa *broken home* di MTs Al-Hidayah sesudah perlakuan *Spiritual Emotional freedom Technique* (SEFT) dapat dilihat dari nilai mean yakni 61.75 dimana nilai tersebut berada diantara interval 40-75, dengan merujuk pada kategori lauster dapat dikatakan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa *broken home* masuk ke dalam kategori yang lemah (*weak*). Namun meskipun masih dalam kategori rendah namun penurunan skor yang terjadi menandakan adanya peningkatan kepercayaan diri, artinya kepercayaan diri siswa *broken home* meningkat sesudah diberikan perlakuan *Spiritual emotional freedom technique*.
3. Terdapat pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique* terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa broke home. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil analisis menggunakan uji regresi linear sederhana dimana diperoleh nilai signifikasi $0,000 < 0,05$ yang berarti hipotesis H_a diterima dan H_o ditolak.

B. Saran

Berdasarkan temuan keseluruhan penelitian, peneliti dapat membuat beberapa saran yang diharapkan akan bermanfaat bagi pihak yang terlibat dalam penelitian ini, antara lain:

1. Bagi Pengelola MTs Al-hidayah Ciomas, diharapkan peneltian ini dapat memberikan infromasi untuk mengoptimalkan dan membantu penyelesaian masalah mereka, khususnya dalam kepercayaan diri siswa berasal dari keluarga *broken home* yang peneliti teliti ataupun siswa lain yang juga memiliki kepercayaan diri yang rendah. Lingkungan sekolah yang supportif dapat dilaksanakan bersama-sama untuk peningkatan kepercayaan diri siswa, bukan hanya kegiatan untuk mengasah kepercayaan diri siswa seperti muhadlarah dan kegiatan lainnya tetapi juga lingkungan sosial yang positif yaitu saling memberikan dukungan. Dan kegiatan untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri siswa *broken home* ataupun siswa lainnya baiknya disediakan selaku guru BK di Mts Al-hidayah Ciomas tersebut agar berbagai macam permasalahan

- kepercayaan diri yang di alami oleh siswa dapat teratasi dengan orang yang tepat dan sesuai dengan bidangnya.
2. Bagi Siswa, Peneliti berharap agar siswa bisa membangun kepercayaan diri yang baik, yaitu dengan meyakini bahwa dirinya mampu untuk berkembang walaupun dengan latar belakang keluarga *broken home*, dengan *Spiritual Emotional Freedom Technique* yang diterapkan saat penelitian bisa diterapkan kembali untuk pembebasan emosi yang dirasakan ataupun yang selama ini dipendam. *Spiritual Emotional Freedom Technique* bukan hanya sekadar tapping namun juga menghubungkan diri kepada sang pencipta, *connecting* dengan sang pencipta merupakan hal yang memberikan ketenangan, berusaha ikhlas dan menerima segala permasalahan dalam keluarga atau apapun permasalahan yang terjadi. Kemudian meminta bantuan kepada guru BK jika mengalami kesulitan menemukan tempat bercerita ataupun menemukan lagi kesulitan untuk percaya diri.
 3. Bagi Peneliti Selanjutnya, Peneliti berharap bahwa temuan dari penelitian ini bisa menjadi referensi yang berguna dalam penelitian selanjutnya dan bisa meneliti menggunakan variabel bebas lainnya, yang mungkin bisa ditemukan lagi, mengenai pengaruh dari *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) ataupun penerapan layanan lainnya untuk siswa *broken home*. Serta dapat lebih memperhatikan lagi kondisi saat penerapan SEFT, agar penerapan SEFT dapat terlaksana dengan tenang tanpa gangguan dari lingkungan sekitar.