

A. Kesimpulan

Hasil yang diperoleh dari uji hipotesis dengan Uji T-Test adalah Z_{hitung} sebesar -3,565 dan Asymp.Sig.(2-tailed) sebesar $0,007 < 0,05$. Dengan demikian dapat diambil kesimpulan dalam penelitian ini yaitu *Ha diterima* dan *Ho ditolak* yang artinya bimbingan konseling karier melalui teknik restrukturisasi kognitif efektif dalam meningkatkan *self-efficacy* karier siswa kelas XII SMK Darul Ulum Baureno Bojonegoro.

Dan dengan melihat hasil *Uji Paired Samples T-Test* atau *Uji-T* menunjukkan bahwa *koefisien korelasi* pada korelasi product moment adalah $0,880 > 0,000$, ini berarti nilai korelasi lebih besar dari nilai *Sig.* yang menunjukkan pengertian bahwa tingkat *efektivitas* peningkatan *self-efficacy* karier siswa kelas XII SMK Darul Ulum Baureno Bojonegoro akibat pemberian perlakuan berupa bimbingan konseling karier melalui teknik restrukturisasi kognitif adalah tinggi dengan hasil interpretasi 88.0% .

Teknik restrukturisasi kognitif dalam penelitian ini memiliki kategorisasi tingkat penanganan yang tinggi dengan rata-rata *mean* ($\bar{X}$) pada kelompok eksperimen 8,00 dengan jumlah *sum* ($\sum X$)= 50,00, dan rata-rata *mean* ($\bar{X}$) pada kelompok kontrol adalah 3,00 dengan jumlah *sum* ($\sum X$)= 25,00 dari analisis

Wilcoxon Signed Rank Test. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat rata-rata peningkatan *self-efficacy karier* siswa lebih banyak pada kelompok eksperimen.

A. Saran

Syukur Alhamdulillah kepada-Nya, upaya dalam menyelesaikan penelitian telah selesai. Dalam segala proses untuk terwujudnya hasil penelitian ini penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, penulis berharap kepada peneliti selanjutnya untuk lebih menyempurnakan hasil dari apa yang telah diteliti ini dengan rujukan penelitian yang relevan, agar penelitian selanjutnya dapat lebih baik dan sempurna.

Untuk kebaikan dalam penyempurnaan penelitian, penulis berharap agar penelitian yang akan dilakukan oleh para calon-calon peneliti bisa lebih sempurna.

Kemudian, untuk menunjang penelitian ini agar bisa lebih sempurna dan merekomendasikan hasil daripada penelitian ini, penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Bimbingan Konseling Karier melalui Teknik Restrukturisasi Kognitif dapat digunakan untuk meningkatkan *self-efficacy karier* siswa
2. Bagi peneliti lain diharapkan bisa memberikan sumbangsih penelitian yang lebih baik daripada sekedar penelitian ini, sehingga bisa menghasilkan suatu penelitian yang lebih sempurna, dengan menggunakan variasi sesi pertemuan, populasi, dan rancangan penelitian lain.
3. Penelitian ini juga diharapkan sebagai bahan informasi dan acuan teoritik bagi peneliti selanjutnya, khususnya bagi peneliti-peneliti yang mengkaji

meningkatkan *self-efficacy* karier siswa yang tergolong memiliki *self-efficacy* karier rendah dalam menghadapi kariernya kedepan.