

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi *SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)* dalam menurunkan agresivitas siswa MA Darul Ulum Ngaliyan Semarang.

Hal ini berdasarkan hasil olahan data pada *pre-test* dan *post-test*. Klasifikasi data *pre-test* 41 siswa (49%) memiliki agresivitas yang tinggi dan 43 siswa (51%) memiliki tingkat agresivitas yang sangat tinggi.

Sedangkan setelah diberi treatment terapi *SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)* agresivitas siswa MA Darul Ulum Ngaliyan – Semarang semakin menurun. Dengan klasifikasi data 26 siswa (30%) memiliki agresivitas sangat rendah, 45 siswa (52%) memiliki agresivitas yang rendah dan 13 siswa (15%) memiliki tingkat agresivitas cukup. Adanya perubahan tingkat agresivitas pada kelompok eksperimen tersebut merupakan efek dari treatment terapi *SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)* yang telah diberikan.

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan bantuan program SPSS (*Statistical Program For Social Service*) versi 16.00 for windows diperoleh nilai Z sebesar -8.147. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi *SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)* dalam menurunkan agresivitas siswa MA Darul Ulum Ngaliyan – Semarang. Hal ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan oleh peneliti. Sehingga hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima.

B. SARAN

1. Bagi para guru dan seluruh siswa Darul Ulum Ngaliyan Semarang, hendaknya menerapkan terapi *SEFT* secara rutin, karena terapi *SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)* tidak hanya mampu mengatasi berbagai

masalah fisik saja. Akan tetapi juga permasalahan yang berkaitan dengan emosi manusia. Terapi *SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)* juga dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

2. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini merupakan penelitian yang masih dasar sehingga perlu adanya penelitian yang lebih mendalam lagi untuk menguatkan hasil penelitian ini sehingga mampu melahirkan sebuah teori baru.