BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai *positive self talk* dalam meningkatkan *self esteem* pada anak yatim di yayasan panti asuhan Nurul Falah, maka dapat disimpulkan sebagi berikut:

1. Pola *self talk* pada anak yatim dilakukan dengan cara berbicara dengan diri sendiri melalui bercermin, dan menulis buku harian
2. Penerapan *positive self talk* melalui beberapa tahap antara lain: a). Tahap persiapan, b). Tahap Ujia reabilitas dan reabilitas, b). Tahap pretest, c). Tahap Perlakuan d). Tahap Postest. Pada tahap perlakuan atau treatment, anak- anak yatim diberikan pelatihan kecil terhadap eksperimen sebuah teknik dengan cara berbicara didepan kaca, dan evaluasi sebelum tidur.
3. Berdasarkan analisa data yang dilakukan peneliti, dapat diperoleh hasil bahwa *positive self talk* efektif dalam peningkatan *self esteem* pada anak yatim di Yayasan Panti Asuhan Nurul Falah. Nilai kolerasi yang diperoleh dari uji hipotesis yeang telah dilakukan oleh peneliti yakni 0, 786 dan dapat dilihat 0,786 pada tabel *Guild Ford* menyatakan bahwa ada korelasi yang **kuat** pada efektifitas *positive self talk* dalam meningkatkan *self esteem* anak yatim.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Untuk Yayasan dan Panti Asuha Nurul Falah

   Positif self talk yang telah dilakukan oleh di yayasan Panti Nurul Falah sudah efektif, akan tetapi untuk hasil yang lebih maksimal lagi penulis memberikan saran kepada pengurus yayasan dan panti asuhan Nurul Falah untuk memantau anak- anak, guna mengetahui apakah *self talk* dilakukan dengan baik dan positif

2. Untuk Anak Yatim

   Kepada anak yatim yang telah melakukan *positif self talk*, penulis memberikan saran agar anak yatim tidak hanya memahami *self talk* positif, namun juga benar- benar melakukannya agar mampu membentuk peribadi yang memiliki *self esteem* yang tinggi

3. Untuk Peneliti Selanjutnya

   Penulis berharap untuk para peneliti yang selanjutnya dalam melakukan penelitian mengenai *self talk*, sebaiknya peneliti menggunakan metode kaulitatif dalam penelitian tersebut sehingga mampu melakukan penelitian dengan menggali data lebih dalam dari responden jumlah sedikit.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id