

## BAB V

### SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Pada bab V ini dijabarkan terkait dengan simpulan berdasarkan penelitian, implikasi dan rekomendasi penelitian yang didasari oleh hasil temuan penelitian yang telah dilakukan.

#### 5.1. Simpulan

Temuan-temuan penelitian, yang didasarkan pada bagaimana masalah itu dirumuskan dan bagaimana penelitian itu terjadi, tercantum di bawah ini.

- a. Profil efikasi diri akademik kelas XI SMAN 14 Kota Tangerang rata-rata berada pada kategori efikasi diri akademik yang sedang. Selain itu, siswa kelas XI SMAN 14 Kota Tangerang memiliki ketiga aspek pada efikasi diri akademik yaitu *level*, *generality* dan *strength* yang menempati kategori sedang. Artinya, siswa belum sepenuhnya mencapai indikator efikasi diri akademik dengan optimal.
- b. Rumusan rancangan program berupa strategi bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self-talk* yang terdiri dari beberapa komponen yaitu a) rasional; b) deskripsi kebutuhan; c) tujuan layanan; d) sasaran layanan; e) kompetensi guru BK; f) Peran Guru BK; g) struktur dan tahapan program; h) Evaluasi; dan i) pengembangan rencana pelaksanaan layanan, dikatakan memadai untuk diimplementasikan pada sekolah tujuan yaitu SMAN 14 Kota Tangerang pada siswa kelas XI
- c. Rumusan program strategi bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self-talk* teruji efektif terhadap peningkatan efikasi diri akademik siswa kelas XI SMAN 14 Kota Tangerang. Keefektifan program atau tersebut dapat dilihat dari rata-rata skor yang berubah dari kelompok eksperimen yang diberikan layanan strategi bimbingan kelompok dan kelompok kontrol yang tidak diberikan layanan strategi bimbingan kelompok.

## 5.2. Implikasi

Terdapat beberapa implikasi yang bisa diambil dari studi strategi bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *self-talk* dalam meningkatkan efikasi diri akademik siswa yaitu.

### a. Implikasi Teoretis

Temuan penelitian ini secara teoritis dapat berkontribusi untuk penelitian di masa depan pada bidang bimbingan dan konseling di tingkat derajat Sekolah Menengah Atas. Temuan penelitian ini juga bermanfaat sebagai landasan bagi peneliti selanjutnya untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa dan dapat digunakan sebagai dasar referensi yang relevan dengan efikasi diri akademik dan penelitian serupa lainnya

### b. Implikasi praktis

Secara praktis, rancangan layanan berupa strategi bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self-talk* dalam meningkatkan efikasi diri akademik siswa dapat dijadikan sebagai referensi atau pedoman bagi keilmuan Bimbingan dan Konseling khususnya pada Sekolah Menengah Atas (SMA) untuk diterapkan. Rancangan Layanan berupa strategi bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self-talk* ini merupakan upaya dalam mengoptimalkan layanan BK di lapangan.

## 5.3. Rekomendasi

Berdasarkan temuan penelitian yang didapatkan, terdapat rekomendasi yang diarahkan untuk para Guru BK/konselor dan peneliti lainnya.

### a. Guru BK/konselor

Rancangan layanan berupa strategi bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self-talk* efektif dalam peningkatan efikasi diri akademik siswa. Untuk itu, guru BK/konselor dapat menggunakan rancangan layanan berupa strategi bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self-talk* dalam peningkatan efikasi diri akademik siswa terlebih dikhususkan pada tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA). Guru BK disekolah dapat mengimplementasikan layanan strategi

bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self-talk* dengan mencermati proses yang perlu dilakukan yaitu 1) memberikan *need assesment* kepada siswa dengan menyebarkan instrumen efikasi diri akademik 2) penyesuaian rancangan layanan berupa strategi bimbingan kelompok dengan teknik *self-talk* berdasarkan deskripsi kebutuhan siswa, 3) pemberian implementasi yang disesuaikan dengan tahapan dan elemen teknik *self-talk*, 4) pemberian evaluasi, 5) penambahan *collaborator* selama proses bimbingan kelompok untuk membantu melakukan observasi bimbingan kelompok. Selain itu, penyesuaian lembar kerja pada setiap pertemuan diharapkan untuk disesuaikan dengan kebutuhan siswa.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya direkomendasikan atau disarankan untuk melakukan beberapa hal dibawah ini sebagai tambahan agar penerapan penelitian setelahnya berjalan lebih optimal, efektif, dan efisien.

- 1) Disarankan kepada peneliti selanjutnya agar melakukan pengumpulan data dengan sasaran lebih luas di setiap tingkatan SMA atau pada tingkat usia yang berbeda seperti pada anak, remaja awal atau dewasa.
- 2) Disarankan kepada peneliti selanjutnya agar mengembangkan teknik *self-talk* dengan kegiatan yang lebih beragam agar bimbingan tidak terkesan monoton.