

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Pada bab ini menguraikan kesimpulan yang diuraikan secara sistematis sesuai dengan pernyataan penelitian, dan rekomendasi yang dirumuskan bagi guru bimbingan dan konseling serta penelitian selanjutnya.

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Instruction* untuk meningkatkan *Self-Regulated Learning* siswa yang diberikan kepada siswa kelas X SMA Negeri 1 Pandeglang tahun ajaran 2023/2024, menghasilkan kesimpulan sebagai berikut.

1. Secara umum tingkat *Self-Regulated Learning* siswa berada pada kategori **kurang teratur**. Hal ini menggambarkan bahwa siswa kurang memahami peran dan tanggung jawabnya sebagai siswa, sudah mulai mampu menentukan tujuan belajar, namun belum mampu merencanakan strategi belajar secara optimal; kurang mampu memotivasi diri dalam proses pencapaian prestasi belajar; kurang mampu menghindari tindakan-tindakan yang dapat mengganggu pencapaian prestasi belajar; mengetahui kelebihan dan kekurangan tetapi belum dapat mengembangkan diri secara optimal; dan belum sepenuhnya mengetahui dan bertindak secara positif sesuai peran dan tanggung jawab dalam mencapai tujuan belajar optimal.
2. Rumusan program bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Instruction* yang layak dan efektif untuk meningkatkan *Self-Regulated Learning* siswa berdasarkan uji rasional dan uji empiris memuat struktur sebagai berikut: a) rasional; b) deskripsi kebutuhan; c) tujuan; d) sasaran layanan; e) komponen dan bidang layanan; f) karakteristik pribadi Guru Bimbingan dan Konseling; g) rencana operasional layanan; h) tahapan pelaksanaan layanan; i) garis besar isi layanan; j) pengembangan RPLBK; k) indikator keberhasilan; dan l) evaluasi
3. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Instruction* secara keseluruhan terbukti efektif untuk meningkatkan *Self-Regulated Learning*

siswa. Perubahan tingkat *Self-Regulated Learning* siswa antara kelas eksperimen dan kelas kontrol diketahui setelah adanya hasil pengolahan data *post-test* pada kelas eksperimen dan kelas kontrol. Berdasarkan hasil tersebut kelas eksperimen mengalami peningkatan tingkat *Self-Regulated Learning* yang signifikan berbeda. Hal ini dapat diasumsikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Instruction* secara empiris terbukti efektif untuk meningkatkan *Self-Regulated Learning* siswa.

## 5.2 Rekomendasi

Penelitian ini berhasil merumuskan program bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Instruction* yang efektif untuk meningkatkan *Self-Regulated Learning* siswa. Agar program yang dirumuskan dapat memberikan hasil yang lebih optimal, maka ada beberapa upaya tindak lanjut dan rekomendasi bagi Guru Bimbingan dan Konseling, yakni sebagai berikut.

1. Guru Bimbingan dan Konseling perlu menyadari bahwa peningkatan *Self-Regulated Learning* harus diberikan kepada seluruh siswa, hal ini akan berguna bagi siswa dalam menjalani seluruh proses belajar baik di sekolah maupun di rumah, baik untuk saat ini maupun di masa mendatang. Peningkatan *Self-Regulated Learning* harus menjadi salah satu prioritas layanan yang diberikan kepada siswa, maka dari itu, diperlukan sosialisasi mengenai layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-insruction* kepada guru-guru bimbingan dan konseling, maupun kepada pihak-pihak yang terkait dengan siswa di sekolah.
2. Hasil penelitian dapat dimanfaatkan oleh guru bimbingan dan Konseling untuk meningkatkan *Self-Regulated Learning* siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Instruction*. Teknik *Self-Instruction* merupakan teknik yang sederhana tetapi sangat memerlukan keterampilan verbal, baik bagi konselor maupun konseli. Penggunaan gaya bahasa, mimik wajah, dan bahkan gerakan tubuh akan sangat membantu dalam mendalami instruksi diri. Satu hal yang perlu ditekankan adalah dibalik kesederhanaan teknik *Self-Instruction*,

konselor dan konseli memerlukan keyakinan dalam dirinya bahwa penggunaan instruksi diri akan berhasil. Hal ini karena keyakinan diri yang kuat merupakan kunci keberhasilan penggunaan teknik *Self-Instruction*. Penggunaan teknik *Self-Instruction* perlu dilakukan berulang-ulang, agar menjadi terbiasa dalam menggunakan instruksi diri, khususnya dalam mengendalikan pikiran ataupun tindakan yang sesuai dalam kegiatan belajar.