

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

Bab V berisi simpulan dan rekomendasi berdasarkan penelitian yang telah dilakukan.

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai *self regulated learning* siswa terbuka atlet SMA Negeri 10 Bandung, dapat diperoleh simpulan sebagai berikut.

5.1.1 Merujuk pada hasil penelitian, diperoleh gambaran umum *self regulated learning* siswa terbuka atlet SMA Negeri 10 Bandung ada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat *self regulated learning* siswa cukup baik akan tetapi belum optimal. Dilihat berdasarkan aspek dan indikatornya, diperoleh hasil yakni diantara seluruh aspek *self regulated learning*, aspek tertinggi yaitu aspek metakognitif (*Metacognitive*) dengan persentase sebesar 71,68%. Aspek ini terdiri dari tiga indikator, salah satu indikator pada aspek ini menjadi indikator paling tinggi yakni indikator pengorganisasian dengan persentase 77,46%. Sementara, hasil penelitian yang ditinjau berdasarkan jenis kelamin, diperoleh hasil bahwa tidak ada perbedaan rata-rata *self regulated learning* antara jenis kelamin laki-laki dan perempuan.

5.1.2 Program layanan bimbingan dirancang dan dikembangkan merujuk pada hasil temuan penelitian pada profil *self regulated learning* siswa terbuka atlet SMA Negeri 10 Bandung. mengacu pada temuan tersebut bagi siswa yang berada dalam kategori sedang, diperlukan pengembangan program layanan bimbingan sebagai upaya meningkatkan *self regulated learning* siswa. Program layanan bimbingan dikembangkan dengan tujuan untuk mengoptimalkan, memelihara, dan meningkatkan *self regulated learning* siswa terbuka atlet di SMA Negeri 10 Bandung dalam aspek metakognitif (*metacognitive*), motivasi (*motivationally*), dan perilaku (*behaviourlly*).

**Hafsah Hamidah, 2025**

**PENGEMBANGAN PROGRAM BIMBINGAN UNTUK MENINGKATKAN SELF-REGULATED LEARNING SISWA TERBUKA ATLET SMAN 10 BANDUNG**

**Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)**

## 5.2 Rekomendasi

Mengacu hasil penelitian yang sudah diperoleh, maka terdapat beberapa rekomendasi ditunjukkan untuk Guru BK/Konselor dan juga peneliti selanjutnya. Adapun berikut rekomendasi dan sarannya:

### 5.2.1. Guru BK/Konselor

Hasil dari profil *self regulated learning* siswa terbuka atlet di SMA Negeri 10 Bandung pada penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi guru BK yang ada di sekolah untuk merancang program layanan dalam rangka meningkatkan dan memelihara *self regulated learning* siswa terbuka atlet dengan tujuan siswa dapat berkembang secara optimal. Guru BK/Konselor dapat memanfaatkan layanan bimbingan yang telah disusun. Layanan ini diharapkan dapat membantu siswa dalam mengoptimalkan *self regulated learning* siswa terbuka atlet SMA Negeri 10 Bandung

### 5.2.2 Dispora Jawa Barat (Dinas Pemuda dan Olahraga)

Dispora Jawa Barat harapannya dapat membantu dalam upaya mengoptimalkan kemampuan *self regulated learning* siswa terbuka atlet khususnya di SMA Negeri 10 Bandung. Dispora Jawa Barat harapannya dapat memberikan bantuan dalam upaya pelaksanaan layanan bimbingan ini kepada siswa terbuka atlet khususnya di SMA Negeri 10 Bandung.

### 5.2.3 ABKIN Divisi IBKS (Ikatan Bimbingan dan Konseling Sekolah)

Hasil dari profil *self regulated learning* siswa atlet pada penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi guru BK yang ada di sekolah untuk merancang program layanan dalam rangka meningkatkan dan memelihara *self regulated learning* siswa terbuka atlet dengan tujuan siswa dapat berkembang secara optimal.

### 5.2.4 Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan keterbatasan penelitian peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti *self regulated learning* siswa atlet berdasarkan fase *self regulated learning*.serta melakukan uji perbandingan dengan kelas lainnya seperti kelas reguler.

**Hafsah Hamidah, 2025**

**PENGEMBANGAN PROGRAM BIMBINGAN UNTUK MENINGKATKAN SELF-REGULATED LEARNING SISWA TERBUKA ATLET SMAN 10 BANDUNG**

**Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)**