

## BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan hasil penelitian, diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Gambaran *Self-Regulated Learning* Siswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata SRL siswa kelas XI SMK Negeri 12 Bandung tahun pelajaran 2014/2015 berada pada kategori Sedang, artinya siswa sering menggunakan keterampilan *Self-Regulated Learning*.

2. Efektivitas Konseling Rasional Emotif Behavioral dalam Meningkatkan *Self-Regulated Learning* Siswa

Berdasarkan hasil observasi dan evaluasi pelaksanaan program intervensi Konseling Rasional Emotif Behavioral dalam Meningkatkan *Self-Regulated Learning* Siswa dapat disimpulkan bahwa program intervensi Konseling Rasional Emotif Behavioral sebagian besar berjalan sesuai dengan skenario dan sebagian besar konseli aktif mengikuti kegiatan. Hal ini dibuktikan dengan perilaku konseli yang mengajukan pertanyaan dan menjawab pertanyaan selama sesi konseling berlangsung, dan konseli dapat mengerjakan tugas dengan penuh semangat dan antusias.

Intervensi Konseling Rasional Emotif Behavioral teruji efektif dalam meningkatkan *Self-Regulated Learning* (SRL) siswa. Hal ini terbukti dengan adanya peningkatan SRL siswa SMK Negeri 12 Bandung pada kelompok eksperimen dari sebelum intervensi yang berada pada tingkat SRL Rendah naik menjadi satu tingkat bahkan dua tingkat menjadi Sedang dan Tinggi, dan dari tingkat SRL Sedang naik menjadi satu tingkat menjadi Tinggi, bahkan tidak ada seorang pun siswa berada pada tingkat SRL Rendah. Hal ini berarti bahwa SRL siswa pada kelompok eksperimen setelah mendapatkan perlakuan lebih tinggi secara signifikan daripada kelompok kontrol.

Selanjutnya, melalui analisis kovarian (ANCOVA) terhadap kelompok kontrol dan kelompok eksperimen diperoleh gambaran bahwa terdapat perbedaan antara variabel kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Dengan demikian, Konseling Rasional Emotif Behavioral efektif dalam meningkatkan *Self-Regulated Learning* siswa.

Di samping itu, berdasarkan analisis kovarian (ANCOVA) terhadap kategori SRL (Tinggi, Sedang, dan Rendah) pada kelompok eksperimen diperoleh gambaran bahwa tidak terdapat perbedaan antara variabel kategori SRL (Tinggi, Sedang, dan Rendah). Artinya, intervensi Konseling Rasional Emotif Behavioral sama-sama efektif dalam meningkatkan *Self-Regulated Learning* siswa pada kategori SRL (Tinggi, Sedang, dan Rendah).

## 5.2 Implikasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata *Self-Regulated Learning* siswa kelas XI SMK Negeri 12 Bandung berada pada kategori sedang artinya siswa sering menggunakan keterampilan *Self-Regulated Learning* dan intervensi Konseling Rasional Emotif Behavioral teruji efektif dalam meningkatkan *Self-Regulated Learning* (SRL) siswa. Hal ini memberikan informasi yang positif kepada pihak-pihak yang terkait dan bertanggung jawab dengan peningkatan *Self-Regulated Learning* siswa. Lebih lanjut, hasil penelitian tersebut mengimplikasikan hal-hal sebagai berikut:

### 1. Implikasi bagi Guru Bimbingan dan Konseling/Konselor Sekolah

Implikasi bagi Guru Bimbingan dan Konseling/Konselor Sekolah yaitu dapat memanfaatkan dan menerapkan program Konseling Rasional Emotif Behavioral yang telah divalidasi oleh para ahli di bidang Bimbingan dan Konseling dan sudah teruji keefektivannya dalam meningkatkan *Self-Regulated Learning* sebagai salah satu alternatif bantuan yang dapat digunakan untuk membantu semua siswa agar dapat memiliki SRL bahkan meningkatkan SRLnya, sehingga prestasi belajar pun meningkat.

### 2. Implikasi bagi Peneliti Selanjutnya

Implikasi bagi peneliti selanjutnya yaitu bahwa hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai data acuan dan informasi bagi penelitian di masa mendatang terkait pemanfaatan Konseling Rasional Emotif Behavioral dan peningkatan *Self-Regulated Learning*.

### 5.3 Rekomendasi

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian, simpulan penelitian, dan implikasi penelitian, rekomendasi utama dari penelitian ini adalah tentang Konseling Rasional Emotif Behavioral dalam meningkatkan *Self-Regulated Learning* siswa. Rekomendasi ditujukan kepada berbagai pihak terkait, khususnya bagi guru Bimbingan dan Konseling/Konselor sekolah, serta bagi peneliti selanjutnya.

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling/Konselor Sekolah, yaitu:
  - a. Dapat memanfaatkan dan menerapkan program Konseling Rasional Emotif Behavioral dengan proses dan tahapan sebagai berikut:
    - 1) Tahap Awal (*The Beginning Stage*), dimana Konseling Rasional Emotif Behavioral diarahkan untuk membangun keakraban dan kesepahaman yang menjadi landasan kegiatan terapi berikutnya.
    - 2) Tahap Pertengahan (*The Middle Stage*), dimana konselor dan klien bekerja keras mengidentifikasi masalah, dan berupaya mengatasinya melalui teknik-teknik kognitif, *imagery* (pencitraan), emotif, dan behavioral.
    - 3) Tahap Akhir (*The Ending Stage*), dimana konselor akan mengakhiri sesi konseling, melalui dua langkah, yaitu: (1) memberikan gambaran kepada klien mengenai bagaimana mencegah agar klien tidak mengulangi kesalahannya; (2) mengakhiri sesi konseling.
  - b. Guru BK/Konselor Sekolah diharapkan memiliki kualifikasi konselor KREB yang efektif, yaitu: (1) tertarik dan termotivasi untuk membantu konseli; (2) menunjukkan penerimaan tanpa syarat terhadap konseli sebagai manusia yang tidak lepas dari kesalahan; (3) menggunakan berbagai macam teknik terapeutik dalam proses konseling (eklektisisme) tetapi tetap sejalan dan konsisten dengan teori KREB; dan (4)

menunjukkan toleransi terhadap frustrasi yang tinggi ketika konseli tidak mencapai perubahan secepat yang diharapkan, mengadopsi fokus penyelesaian masalah, tidak menggunakan sesi konseling untuk kepuasan pribadi atau memenuhi kebutuhan pribadi, serta tidak *under-involved* maupun *over-involved* dengan konseli.

- c. Guru BK/Konselor Sekolah diharapkan memiliki karakteristik: (1) menikmati peran sebagai pengajar yang aktif-direktif; (2) setia terhadap filosofi, ilmu pengetahuan, logika, dan empirisme (juga terhadap hukum-hukum agama); (3) merupakan guru dan komunikator yang terampil; (4) menerima diri secara tanpa syarat terkait kegagalan terapeutik yang mungkin dilakukan serta sedapat mungkin meminimalkan kegagalan tersebut di masa yang akan datang; (5) fokus terhadap penyelesaian masalah; (6) berani bereksperimen dan mengambil resiko dalam proses konseling; (7) memiliki selera humor yang baik dan digunakan secara tepat dalam konseling; (8) memiliki energi dan kuat; serta (9) mengaplikasikan KREB dengan cara yang konsisten dengan keilmuan tetapi tetap dalam penyampaian yang fleksibel dan non-dogmatis.
- d. Guru BK/Konselor Sekolah diharapkan dapat memberikan penghargaan positif tanpa syarat kepada konseli (*unconditional self-acceptance*), yaitu penerimaan diri tanpa syarat, bukan dengan syarat (*conditioning regard*).
- e. Guru BK/Konselor Sekolah diharapkan dapat berperan: (1) lebih edukatif-direktif kepada konseli yaitu dengan banyak memberikan cerita dan penjelasan, khususnya pada tahap awal; (2) mengkonfrontasikan masalah konseli secara langsung; (3) menggunakan pendekatan yang dapat memberi semangat dan memperbaiki cara berpikir konseli, kemudian memperbaiki mereka untuk dapat mendidik dirinya sendiri; (4) dengan gigih dan berulang-ulang dalam menekankan bahwa ide rasional itulah yang menyebabkan hambatan emosional pada konseli; (5) menyerukan konseli menggunakan kemampuan rasional (*rational power*) daripada emosinya; (6) menggunakan pendekatan didaktik dan filosofis;

dan (7) menggunakan humor dan “menggojlok” sebagai jalan mengkonfrontasikan berpikir secara irrasional.

- f. Dapat memanfaatkan hasil studi untuk menambah pengetahuan dan keterampilan terkait dengan berbagai teori dan pendekatan konseling, serta memahami dinamika siswa untuk mengembangkan materi layanan responsif untuk siswa berkaitan dengan *Self-Regulated Learning*.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya, yaitu:

- a. Sumber data yang dijadikan sampel dalam penelitian ini terbatas kepada siswa sehingga akan lebih representatif apabila sumber data yang dijadikan sampel tidak hanya siswa melainkan guru Bimbingan dan Konseling atau konselor sekolah sebagai pihak pemberi perlakuan
- b. Dapat mengeksplorasi topik *Self-Regulated Learning* siswa lebih mendalam dengan melakukan beberapa penyempurnaan disain penelitian untuk mengetahui berapa lama dampak perlakuan intervensi Konseling Rasional Emotif Behavioral dalam meningkatkan *Self-Regulated Learning* siswa melalui eksperimen.
- c. Program Konseling Rasional Emotif Behavioral dalam meningkatkan *Self-Regulated Learning* siswa dapat dijadikan sebagai bahan rujukan untuk menghasilkan produk penelitian di masa mendatang yang berkaitan dengan Konseling Rasional Emotif Behavioral maupun bentuk intervensi yang tepat dalam meningkatkan *Self-Regulated Learning* siswa.
- d. Hendaknya peneliti selanjutnya lebih kreatif dalam memilih intervensi pembandingan yang dianggap setara sebagai perlakuan untuk kelompok kontrol mengingat banyak sekali berbagai macam pendekatan konseling lainnya yang relevan dengan upaya peningkatan *Self-Regulated Learning* yang didasarkan pada teori dan teknik konseling yang ada.
- e. Penggunaan metodologi penelitian dalam penelitian ini juga dapat dijadikan dasar untuk menyempurnakan berbagai keterbatasan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, sehingga diharapkan peneliti

selanjutnya dapat merancang penelitian yang lebih mendalam dalam hal metodologi, misalnya dalam mengkaji indikator fase-fase *Self-Regulated Learning* secara lebih spesifik dengan menggunakan metode yang sifatnya lebih individual, misalnya melalui *Single Subject Research*, atau metode penelitian *Time Series* untuk mengetahui berapa lama dampak pemberian intervensi Konseling Rasional Emotif Behavioral dalam meningkatkan *Self-Regulated Learning* siswa melalui eksperimen.

- f. Hendaknya peneliti menguji cobakan program intervensi kepada siswa selama lebih dari 10 sesi yang dilaksanakan satu kali dalam seminggu dengan durasi selama 45 menit setiap sesi pertemuan dan dilaksanakan dalam proses pembelajaran di kelas, bukan di luar proses pembelajaran atau setelah proses pembelajaran selesai.
- g. Penelitian yang dilakukan ini hanya pada satu sekolah. Supaya hasil penelitian lebih sempurna, sebaiknya dilakukan penelitian mengenai masalah yang sama terhadap beberapa sekolah sehingga anggota sampel penelitiannya dapat lebih beragam.