

## BAB V

### SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab V ini menguraikan simpulan, implikasi, dan rekomendasi penelitian.

#### 5.1. Simpulan

- 5.1.1 Gambaran umum *self-regulation* peserta didik kelas XI di SMA Negeri 2 Bandung tahun ajaran 2014/2015 berada pada kategori tinggi. Artinya sebagian besar peserta didik sudah memiliki kemampuan *self-regulation* yang baik ditandai dengan peserta didik memiliki motivasi yang kuat dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan, peserta didik mampu mengendalikan diri dalam tindakan yang dilakukan, fokus pada tugas yang dihadapi dan mengoptimalkan upaya untuk mencapai tujuannya, dan peserta didik mampu memahami dan menjelaskan penyebab yang terjadi terhadap hasil yang dicapainya sehingga peserta didik mampu menampilkan perilaku yang lebih baik di masa mendatang terhadap tujuan yang hendak dicapainya.
- 5.1.2 Gambaran umum kemandirian emosi peserta didik kelas XI di SMA Negeri 2 Bandung tahun ajaran 2014/2015 berada pada kategori tinggi. Artinya sebagian besar peserta didik sudah mencapai kemandirian emosi yang optimal sehingga mampu menampilkan perilaku yang sesuai terlihat dari peserta didik mampu untuk tidak selalu mengidealkan orang tua, mampu memandang orang tua sebagaimana orang lain pada umumnya, mampu mengandalkan diri sendiri untuk tidak bergantung kepada orang tua, dan mampu bertanggung jawab terhadap perilaku yang dilakukan.
- 5.1.3 Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *self-regulation* dengan kemandirian emosi. Artinya perkembangan pada variabel *self-regulation* cenderung diikuti perkembangan pada variabel kemandirian emosi.
- 5.1.4 Layanan bimbingan dan konseling pribadi diberikan kepada peserta didik yang menitikberatkan pada upaya untuk pengembangan atau

peningkatan *self-regulation* peserta didik dalam rangka mencapai kemandirian emosional sesuai dengan tugas perkembangan peserta didik.

## 5.2. Implikasi

Kemandirian merupakan salah satu aspek yang harus dicapai oleh peserta didik sebagai dasar menuju kedewasaan. Salah satu kemampuan yang harus dimiliki dengan baik oleh peserta didik adalah *self-regulation*. Kemampuan *self-regulation* memberikan pengaruh positif yang signifikan terhadap pencapaian kemandirian, terutama kemandirian emosi pada remaja.

Kemampuan *self-regulation* peserta didik dituntut untuk lebih berkembang dan meningkat setiap waktu. Hal ini penting dikarenakan peserta didik mempunyai tugas perkembangan yang harus dicapai semakin kompleks juga permasalahan yang nantinya akan dihadapi. Ketika kemampuan *self-regulation* meningkat maka kemampuan dalam mencapai kemandirian emosi juga akan meningkat, maka dari itu diperlukan sebuah layanan untuk meningkatkan atau mengembangkan *self-regulation* peserta didik. Dalam proses pelayanan yang diberikan kepada setiap peserta didik, konselor atau Guru bimbingan dan konseling harus memahami dan menyadari akan adanya keunikan dan karakteristik yang berbeda pada setiap individu agar layanan yang diberikan dapat lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

Dalam konteks pendidikan di sekolah, guru bimbingan dan konseling atau konselor memiliki peranan yang penting dalam upaya yang diberikan kepada peserta didik untuk meningkatkan kemampuan *self-regulation* dan kemandirian emosi peserta didik. Guru bimbingan dan konseling atau konselor hendaknya menampilkan perilaku yang patut untuk dicontoh oleh peserta didik, seperti memiliki pengendalian diri yang baik, mampu mengontrol perasaan emosional, mampu menempatkan diri sesuai dengan situasi yang dihadapi. Hal tersebut dapat dijadikan sebagai contoh oleh peserta didik agar mampu mengembangkan dan meningkatkan kemampuan *self-regulation* dan mencapai kemandirian emosi yang sesuai.

Upaya untuk meningkatkan atau mengembangkan kemampuan *self-regulation* dalam layanan bimbingan dan konseling pribadi ditekankan pada hal sebagai berikut:

- 5.2.1 Peserta didik mampu memahami dan menyesuaikan diri dengan keadaan, mampu mengambil keputusan, dan menentukan sikap berdasarkan dirinya sendiri tanpa meminta bantuan kepada orang lain terutama orang tua.
- 5.2.2 Peserta didik mampu mengendalikan perilaku serta mampu bertanggung jawab atas apa yang telah dilakukan agar peserta didik mampu mencapai kemandirian secara emosional dan tidak bergantung kepada orang lain.

### **5.3. Rekomendasi**

Gambaran umum mengenai kemampuan *self-regulation* dan kemandirian emosi peserta didik kelas XI SMA Negeri 2 Bandung tahun ajaran 2014/2015 secara umum berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik telah memiliki kemampuan *self-regulation* yang cukup baik dan kemandirian emosional yang telah tercapai dengan baik. Kemampuan *self-regulation* dan kemandirian emosi perlu lebih ditingkatkan dan dikembangkan lagi agar peserta didik mampu mencapai tugas perkembangannya dengan baik.

Oleh karena itu diperlukan pemberian layanan agar peserta didik mampu meningkatkan atau mengembangkan kemampuan *self-regulation* sehingga mampu mencapai tugas perkembangannya dengan baik dan mencapai kemandirian emosi.

#### **5.3.1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran umum mengenai kemampuan *self-regulation* dan kemandirian emosi peserta didik kelas XI SMA Negeri 2 Bandung tahun ajaran 2014/2015 secara umum berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik sudah mampu memiliki kemampuan *self-regulation* dan mencapai kemandirian emosi yang baik, hanya saja diperlukan upaya untuk meningkatkan kemampuan yang telah dicapai sebelumnya agar lebih optimal. Konselor atau guru bimbingan dan konseling

dapat menggunakan layanan bimbingan pribadi untuk meningkatkan kemampuan *self-regulation* peserta didik agar mencapai kemandirian emosional yang efektif.

### 5.3.2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai kemampuan *self-regulation* dan kemandirian emosi peserta didik secara umum, oleh karena itu peneliti selanjutnya dapat melakukan:

- 1) Penelaahan yang lebih lanjut mengenai kemampuan *self-regulation* dan kemandirian emosi berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi *self-regulation* dan kemandirian emosi peserta didik.
- 2) Melakukan intervensi atau *treatment* dengan menggunakan berbagai teknik dalam bimbingan dan konseling untuk meningkatkan atau mengembangkan kemampuan *self-regulation* dan kemandirian emosi peserta didik.