

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Pada bab lima dikemukakan simpulan dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan berdasarkan jawaban dari pertanyaan penelitian, serta rekomendasi penelitian bagi guru bimbingan dan konsling dan pengembangan bagi peneliti selanjutnya.

5.1.Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, berikut catatan yang menjadi kesimpulan penelitian.

1. Hasil perhitungan statistika *Wilcoxon Match Test*, bimbingan kelompok dengan teknik modeling memberikan pengaruh pada mengembangkan regulasi diri remaja pada sampel penelitian siswa kelas X dan XI SMKN 2 Garut yang berada pada kelompok eksperimen ditandai dengan peningkatan skor anggota kelompok sebelum dan sesudah pemberian layanan bimbingan kelompok serta terdapat dinamika perubahan pemahaman pada setiap sesi layanan bimbingan. Hasil perhitungan statistika *Mann Whitney Test* juga menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok control setelah proses bimbingan kelompok Teknik modeling dengan nilai n-gain peningkatan pada kategori sedang. Sehingga, secara empirik bimbingan kelompok dengan Teknik modeling memberikan pengaruh untuk dapat mengembangkan regulasi diri remaja kelompok eksperimen siswa kelas X dan XI SMKN 2 Garut Tahun Ajaran 2021/2022.
2. Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan Teknik modeling yang dilakukan dalam peneltian juga bertujuan untuk mencari tahu pengaruh pelaksanaannya pada pengembangan setiap aspek regulasi diri. Berdasarkan hasil perhitungan statistika *Friedman Test* menunjukkan terdapat perbedaan rata-rata peningkatan kondisi setiap aspek regulasi diri (aspek kognitif, aspek perilaku, dan aspek emosi) setelah perlakuan. *Output friedman ranks* menunjukkan bahwa rata-rata peningkatan kondisi regulasi diri aspek kognitif mengalami rata-rata peningkatan paling tinggi setelah perlakuan bimbingan kelompok teknik modeling dibanding aspek perilaku dan aspek emosi, sehingga bimbingan kelompok dengan teknik modeling memiliki kecenderungan lebih berpengaruh pada pengembangan regulasi diri aspek kognitif.

5.2.Rekomendasi

Sebagai pengembangan dari penelitian yang telah dilakukan, berikut catatan yang dapat direkomendasikan bagi guru BK dan peneliti selanjutnya.

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Rekomendasi yang ditujukan adalah kegiatan bimbingan kelompok teknik modeling untuk pengembangan regulasi diri pada setiap diri peserta didik yang dijadikan sebagai alternatif pengembangan program layanan bimbingan dan konseling tentunya harus disesuaikan kembali perhatiannya pada kebutuhan, karakteristik peserta didik masing-masing yang dihadapi serta penyesuaian pemilihan materi pemodelan yang lebih variatif dan mudah dipahami peserta didik, juga perencanaan observasi berkelanjutan terhadap peserta didik baik menggunakan kombinasi teknik pengembangan regulasi diri selain teknik modeling, juga strategi bimbingan dan konseling lainnya, seperti konseling kelompok, dan konseling individu bagi peserta didik yang berada pada kategori rendah dengan kebutuhan perhatian khusus, atau program edukasi bimbingan klasikal yang terus berkelanjutan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Rekomendasi kedua ditujukan untuk peneliti selanjutnya adalah

- a. Peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat mengembangkan penelitian yang dilakukan dengan pendekatan, metode dan desain penelitian lainnya untuk mengantisipasi keterbatasan penelitian seperti pendekatan *mixmethods* yang dapat merepresentasikan data yang didapat baik secara kuantitatif maupun kualitatif.
- b. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan pengembangan regulasi diri menggunakan teknik selain teknik modeling atau melengkapi kombinasi dengan teknik lainnya sehingga program pengembangannya dapat lebih komprehensif, seperti teknik *exercise*, teknik *coping*, dan teknik *coaching*
- c. Peneliti selanjutnya juga diharapkan agar dapat memperluas jangkauan populasi penelitian yang dapat membantu untuk lebih mengetahui gambaran pengembangan regulasi diri remaja sebelum dan sesudah perlakuan yang diberikan tidak hanya pada remaja usia Pendidikan SMA/SMK/MA Sederajat, namun juga remaja awal usia pendidikan SMP/MTS dan remaja akhir usia peserta didik pada Pendidikan Tinggi (Mahasiswa).

