

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Pada bab ini menguraikan simpulan dan rekomendasi dari hasil penelitian bimbingan kelompok dengan Teknik *self-management* untuk mengembangkan kemandirian siswa SMA Negeri 8 Tasikmalaya Tahun Ajaran 2022/2023.

5.1. Simpulan

Simpulana hasil studi dan pengembangan program bimbingan kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengembangkan kemandirian siswa kelas X dipaparkan sebagai berikut,

- 5.1.1. Profil kemandirian siswa kelas X SMAN 8 Tasikmalaya tahun ajaran 2022-2023 secara umum berada pada kategori cukup mandiri ditinjau dari aspek emosi, perilaku dan kognitif kemandirian. Hal ini menunjukkan bahwa siswa mampu mengelola pikiran, perilaku dan perasaan untuk tidak bergantung terhadap orang lain dan cukup mampu membuat keputusan yang dapat dipertanggungjawabkan.
- 5.1.2. Rumusan program bimbingan kelompok dengan teknik *self-management* dinilai layak untuk mengembangkan kemandirian siswa berdasarkan penilaian pakar dan praktisi bimbingan dan konseling. Program bimbingan kelompok dengan teknik *self-management* yang telah disusun meliputi komponen rasional, deskripsi kebutuhan, tujuan, sasaran, *action plan*, tahap pelaksanaan intervensi, pengembangan rencana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, serta evaluasi dan indikator keberhasilan.
- 5.1.3. Berdasarkan uji efektivitas terbukti bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *self-management* efektif untuk mengembangkan kemandirian siswa. Hasil analisis menunjukkan terdapat peningkatan rata-rata skor pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol. Selain itu, terdapat perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol pada hasil *post-test*. Peningkatan yang terjadi menjadi indikator bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *self-management* dapat mengembangkan kemandirian siswa

5.2. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, berikut rekomendasi yang diberikan kepada beberapa pihak sebagai berikut:

5.2.1. Praktisi Bimbingan dan Konseling

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan profil kemandirian siswa, berikut ini merupakan rekomendasi yang dapat diberikan kepada praktisi bimbingan dan konseling dengan mendalami tentang konsep serta prosedur pada teknik *self-management* yang digunakan untuk mengembangkan kebutuhan siswa terutama pada perkembangan kemandirian siswa. Panduan pengaplikasian teknik *self-management* pada penelitian ini secara khusus dapat digunakan untuk mengembangkan kemandirian emosi, kemandirian kognitif dan kemandirian perilaku siswa. Praktisi bimbingan dan konseling dapat memanfaatkan prosedur teknik *self-management* pada penelitian, yakni *self-monitoring*, *reinforcement*, *self-contracting*, dan *stimulus control* untuk mengembangkan indikator kemandirian. Pada proses pelaksanaan layanan bimbingan kelompok untuk mengembangkan kemandirian pada setiap aspek kemandirian digunakan teknik *self-management* secara berurutan yaitu teknik *self-monitoring*, teknik *self-contracting*, *self-reward*, dan *stimulus control* hal tersebut dirancang pada RPL dengan 2x pertemuan hal tersebut dilakukan untuk melihat konsistensi perkembangan pada aspek kemandirian yaitu kognitif, emosi, dan perilaku.

Guru bimbingan dan konseling dapat melakukan upaya kolaboratif dengan guru, walikelas, dan pihak terkait dalam menghimpun data untuk diolah menjadi sebuah data asesmen diagnostik yang komprehensif dan dapat digunakan dalam membuat perencanaan secara berkelanjutan mengenai perkembangan kemandirian.

5.2.2. Penelitian Selanjutnya

Keterbatasan dalam penelitian menghasilkan beberapa rekomendasi yang dapat dipertimbangkan oleh peneliti selanjutnya. Beberapa hal yang perlu diperbaiki atau diperbaharui, sebagai berikut.

- 1) Responden dalam penelitian ini hanya satu tingkatan kelas yaitu kelas X, sehingga gambaran kemandirian yang diperoleh hanya untuk tingkatan kelas X. Melakukan penelitian pada responden yang lebih luas yaitu pada seluruh tingkatan kelas di Sekolah Menengah Atas sehingga program bimbingan

kelompok dengan teknik *self-management* dapat digunakan oleh seluruh tingkatan sesuai dengan keragaman karakteristik siswa Sekolah Menengah Atas.

- 2) Penelitian selanjutnya dapat difokuskan pada jenis intervensi lain tidak terbatas hanya bimbingan kelompok karena masih banyak jenis intervensi lain yang memungkinkan dapat meningkatkan kemandirian siswa sehingga dapat dilihat secara komprehensif dan dapat meningkatkan potensi dan kemandirian yang dimiliki oleh siswa
- 3) Penelitian selanjutnya dapat melakukan adaptasi serta mengkombinasikan program bimbingan kelompok dengan teknik *self-management*. Lebih lanjut, pada variabel penelitian kemandirian dapat dikombinasikan dengan berbagai atribusi lain seperti kemandirian belajar, dan kemandirian keputusan karir yang dinilai relevan dalam rangka menambah khasanah penelitian lebih lanjut.