

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise* dapat digunakan sebagai salah satu upaya guru bimbingan konseling atau konselor di madrasah dalam mengembangkan dan meningkatkan kemandirian belajar. Program bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise* telah melalui uji kelayakan dari dosen ahli dan guru bimbingan konseling. Program bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *group exercise* telah diimplementasikan dan teruji efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar pada indikator kesadaran diri, perencanaan belajar, evaluasi terhadap hasil belajar, keyakinan atas kemampuan diri, memberikan penghargaan pada diri, mengelola waktu belajar, usaha mengerjakan tugas, menciptakan lingkungan belajar, dan mengoptimalkan sumber daya belajar. Keefektifan program bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *group exercise* dapat dilihat dari adanya perubahan skor yang meningkat pada peserta didik setelah diberikan intervensi.

5.2 Rekomendasi

Terdapat rekomendasi berdasarkan hasil penelitian yang ditujukan kepada guru bimbingan konseling/konselor dan peneliti selanjutnya yaitu sebagai berikut.

5.2.1 Guru Bimbingan Konseling

Layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *group exercise* efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar peserta didik. Dengan demikian, guru bimbingan dan konseling atau konselor dapat melaksanakan program bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *group exercise* untuk meningkatkan kemandirian dalam belajar di madrasah. Upaya yang dapat dilakukan oleh guru bimbingan konseling/konselor adalah (a) melakukan *need assesment* untuk memperoleh gambaran kemandirian belajar peserta didik; (b)

merumuskan program bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *group exercise* berdasarkan hasil *need assessment*; (c) mengikuti pelatihan bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise*; (d) implementasi disesuaikan dengan tahapan bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise*; (e) evaluasi; (f) adanya kolaborator untuk melakukan observasi selama proses bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise* berlangsung; dan g) memiliki kompetensi dalam asesmen terkait kemandirian belajar, menguasai konsep kemandirian belajar serta menguasai konsep bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise*.

5.2.2 Peneliti Selanjutnya

5.2.2.1 Peneliti selanjutnya disarankan mengambil sampel penelitian untuk kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dengan ukuran sampel yang lebih besar

5.2.2.2 Peneliti selanjutnya disarankan dapat melakukan penelitian *mix method* agar menghasilkan data yang lebih mendalam.