

## BAB V

### KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan-temuan yang diperoleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa:

1. Layanan bimbingan kelompok dengan media memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengaturan diri siswa. Berdasarkan Hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan *Wilcoxon Match Pairs* didapatkan hasil *Asymp. Sig. (2 tailed)* sebesar 0.012. Hipotesis penelitian diuji pada taraf  $\alpha=0,05$  atau dengan tingkat kesalahan 5%, maka nilai *Sig. (2 tailed)* sebesar  $0.012 < \text{nilai signifikan } \alpha=0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Ini mengartikan bahwa terjadi peningkatan pada pengaturan diri siswa kelas XI IPS di SMAN 56 Jakarta setelah diterapkan media dalam bimbingan kelompok.
2. Perlu kerjasama dengan keluarga dan guru BK untuk proses penguatan dan motivasi terhadap peningkatan pengaturan diri siswa.

#### B. Implikasi

Penelitian ini merupakan penelitian yang difokuskan pada peningkatan pengaturan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok

dengan media. Sebagai layanan yang lebih bersifat personal, bimbingan kelompok sesuai untuk memberikan pemahaman dan meningkatkan pengaturan diri pada siswa.

Peningkatan pengaturan diri siswa dalam layanan bimbingan kelompok dapat dicapai dengan penggunaan media, dimana siswa dapat mempelajari contoh-contoh yang terdapat pada pengaturan diri, serta memperoleh penguatan dan motivasi. Dengan demikian, siswa memiliki kemampuan untuk mengelola perasaan, mampu mengelola ego dengan baik. Oleh karena itu, layanan bimbingan kelompok dengan media bimbingan konseling merupakan salah satu alternatif yang dapat dipilih untuk diterapkan dan terus dikembangkan. Selain itu media dapat digunakan secara berulang-ulang dan membuat suasana belajar mengajar menjadi tidak membosankan.

Jika dikaitkan dengan teori yang dikemukakan oleh Daniel Goleman pengaturan diri merupakan menangani emosi kita sedemikian sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas; peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran; mampu pulih kembali dari tekanan emosi. Dalam penelitian ini, bimbingan kelompok dengan penggunaan media digunakan untuk mengkondisikan keterkaitan proses tersebut.

### **C. Saran**

Adapun saran yang dapat diberikan oleh peneliti, adalah sebagai berikut:

- a. Bagi Sekolah
  - Sarana dan prasarana di sekolah seperti media belajar dapat dioptimalisasikan untuk digunakan dalam layanan bimbingan dan konseling.
- b. Bagi guru BK
  - Media digunakan sebagai bahan masukan bagi praktisi pendidikan baik orang tua, guru, karyawan dan pihak sekolah yang lain, untuk bisa memanfaatkan media yang ada, dan membuat media sendiri yang efektif, efisien, ekonomis, dan tahan lama karena mengingat betapa pentingnya media dalam pendidikan
  - Guru BK dapat mengembangkan atau membuat sendiri media dengan cara mengikuti pelatihan di MGBK ataupun bekerja sama dengan program studi bimbingan dan konseling.
- c. Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling
  - Layanan bimbingan kelompok dengan media dapat dikembangkan untuk mendukung kegiatan pelaksanaan pendidikan di sekolah.

- Pemanfaatan dan pengembangan media dapat disisipkan dalam mata kuliah Media BK agar mahasiswa dapat lebih kreatif. Selain itu pembuatan instrumen dapat dikembangkan lagi melalui mata kuliah Asesmen.
- d. Bagi peneliti lain :
- Sebaiknya mempersiapkan diri sendiri dengan strategi dan media yang dibutuhkan dan ragam media sebanyak mungkin, agar siswa dapat lebih banyak belajar dari media – media yang ditampilkan tersebut.