

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terkait penerapan bimbingan kelompok teknik regulasi diri untuk meningkatkan efikasi diri siswa SMA Al-Amanah. Dapat ditarik kesimpulan bahwa bimbingan kelompok teknik regulasi diri terbukti efektif untuk meningkatkan efikasi diri siswa SMA plus Al-Amanah dengan jabaran sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil wawancara bimbingan kelompok yang sudah pernah dilakukan disekolah yaitu bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*,sosiodrama. Guru Bk sudah pernah melakukan bimbingan kelompok untuk mengatasi masalah efikasi diri siswa.
2. Hasil penelitian diperoleh tingkat efikasi diri siswa, tinggi 7%, sedang 90%, dan rendah 3%.
3. Dengan layanan bimbingan kelompok dapat memudahkan teknik regulasi diri untuk meningkatkan efikasi diri siswa SMA Plus Al-Amanah dengan efektif dengan penyelesaian lancar, dan hasil seperti yang diharapkan peneliti dan konseli. Hasil *post test* menunjukkan adanya perubahan yang signifikan pada efikasi diri. Pada sub aspek *magnitude* dan *strength* terdapat perbedaan yang signifikan, namun tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam sub aspek *generality*.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Konseli

Kepada kelima belas siswa diharapkan mampu untuk terus meningkatkan prestasi belajar dan meningkatkan efikasi diri. Diharapkan kepada keelima belas siswa agar mampu mempertahankan hasil pelatihan atau pemberian treatment terkait penerapan bimbingan kelompok teknik regulasi diri untuk meningkatkan efikasi diri dengan baik.

5.2.2 Bagi Sekolah

Diharapkan pihak sekolah dapat lebih meningkatkan kepedulian serta kedekatan pada siswa, sebagai bentuk penerapan layanan konseling sehingga siswa dapat terbantu dalam mengatasi permasalahan diri secara pribadi maupun tidak, terutama dalam meningkatkan efikasi diri.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan mampu menjadikan sebuah bahan referensi serta dapat mengembangkan penelitian tentang “penerapan bimbingan kelompok teknik regulasi diri untuk meningkatkan efikasi diri siswa” di kemudian hari.

