

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terkait keefektifan teknik *problem solving* untuk meningkatkan regulasi diri mahasiswa semester 4 C UNU Sunan Giri Bojonegoro, dapat ditarik kesimpulan bahwa teknik *problem solving* terbukti efektif untuk meningkatkan regulasi diri mahasiswa semester 4 C UNU Sunan Giri Bojonegoro dengan jabaran sebagai berikut:

- (1) Berdasarkan hasil pre-test yang diperoleh dari enam orang mahasiswa dapat diketahui bahwa rata – rata mahasiswa berada pada kategori rendah dengan persentase sebesar 59,5%.
- (2) Melalui hasil post-test yang dilakukan pada kelima siswa dapat diketahui bahwa rata – rata siswa berada pada kategori sedang dengan nilai persentase sebesar 86%.
- (3) Terdapat perbedaan antara regulasi diri mahasiswa sebelum diberikan *treatment* dan setelah diberikan *treatment* menggunakan teknik *problem solving*. Sebelum mendapat *treatment*, nilai persentase rata – rata mahasiswa sejumlah 59,5% dengan kategori rendah. Setelah mendapatkan *treatment*, nilai persentase rata-rata meningkat menjadi 86% dengan kategori tinggi. sehingga nampak perbedaan nilai sebelum dan setelah diberikan *treatment* yaitu sebesar 26,5%.

#### 5.2 Saran

##### 5.2.1 Bagi Konseli

Kepada kelima siswa diharapkan mampu terus meningkatkan prestasi belajar yang mereka miliki. Diharapkan kepada kelima siswa agar mampu mempertahankan hasil pelatihan terkait prestasi belajar dan mampu berkomitmen dengan diri sendiri.

##### 5.2.2 Bagi Sekolah

Diharapkan pihak prodi dapat meningkatkan kedekatan dan kepedulian terhadap mahasiswa sebagai bentuk penerapan layanan bimbingan konseling sehingga mahasiswa dapat terbantu dalam mengatasi persoalan-

persoalan diri baik secara pribadi maupun tidak, terutama pada regulasi diri mahasiswa.

### 5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan mampu menjadikan bahan referensi serta mengembangkan penelitian tentang “keefektifan teknik *problem solving* untuk meningkatkan regulasi diri mahasiswa” ini di kemudian hari.

