

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Produk yang dikembangkan dalam penelitian dan pengembangan ini adalah panduan pelatihan untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa SMA. Penelitian dan pengembangan ini bertujuan untuk menghasilkan panduan pelatihan bimbingan kelompok teknik *self regulated learning* untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik yang dapat digunakan untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik bagi siswa. Menurut Wikipedia pelatihan adalah suatu kegiatan untuk melatih atau mengembangkan suatu keterampilan atau pengetahuan kepada diri sendiri atau orang lain yang terkait dengan kompetensi tertentu yang dianggap berguna. Menurut Henry Simamora dalam Jurnal (Martina & Syarifuddin, 2014) pelatihan adalah cara untuk memotivasi dan meningkatkan keterampilan kerja, termasuk pemberian konseling pada perilaku karyawan yang menindaklanjuti dengan pengadaan training.

Dari hasil uji coba menurut ahli BK, ahli media, dan uji calon pengguna produk panduan pelatihan perilaku prokrastinasi akademik termasuk ke dalam kriteria layak, tepat, dan patut jika diterapkan pada siswa SMA/SMK. Berdasarkan hasil uji ahli BK dan calon pengguna pada aspek kegunaan, panduan pelatihan perilaku prokrastinasi akademik berguna bagi guru BK/konselor, artinya panduan pelatihan perilaku prokrastinasi akademik dapat membantu konselor dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling dengan pembahasan perilaku prokrastinasi akademik. Berdasarkan penilaian ahli BK dan calon pengguna pada aspek kelayakan, panduan pelatihan perilaku prokrastinasi akademik layak diterapkan untuk siswa SMA/SMK. Penilaian ahli BK dan calon pengguna pada aspek ketepatan, panduan pelatihan perilaku prokrastinasi akademik dinilai tepat jika digunakan pada siswa SMA/SMK. Dari hasil uji media, panduan pelatihan perilaku prokrastinasi akademik dinilai tepat digunakan pada siswa SMA/SMK. Sampul pada buku panduan dinilai dapat menarik perhatian konselor untuk melihat

isi buku panduan. Gaya bahasa dan penulisan yang tidak berbelit juga memudahkan konselor untuk melaksanakan rancangan yang telah dibuat.

Setelah melalui tahapan uji ahli BK, uji ahli media, dan uji calon pengguna produk, maka panduan perilaku prokrastinasi akademik untuk konselor SMA/SMK memiliki keberterimaan berguna, layak, dan tepat. Oleh karena itu, panduan pelatihan ini dapat digunakan oleh konselor dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling pada materi perilaku prokrastinasi akademik.

Dalam pembuatan panduan perilaku prokrastinasi akademik, tentu saja memiliki kelebihan dan kelemahan.

Kelebihan pada panduan perilaku prokrastinasi akademik ini yaitu:

1. panduan disusun berdasarkan hasil wawancara kepada konselor di sekolah dan pembagian angket kepada siswa.
2. Panduan perilaku prokrastinasi akademik ini telah diuji secara empiris melalui tahap uji akseptabilitas oleh ahli BK, ahli media, dan calon pengguna produk. Sedangkan kelemahan pada panduan ini adalah tahap pengembangan hanya sampai pada uji akseptabilitas dan belum diuji aspek efektivitas, tetapi hal ini dapat dilakukan oleh peneliti selanjutnya.

## **5.2 Saran**

Ada beberapa saran yang diberikan untuk buku panduan perilaku prokrastinasi akademik. Saran diberikan agar kedepannya pembuatan buku panduan.

### **5.2.1 Saran Untuk Pengguna (Konselor)**

Dalam penerapan layanan dari buku panduan, konselor diharapkan untuk memahami topik dan materi pada setiap pertemuan, agar pemberian layanan kepada siswa berjalan secara maksimal sesuai dengan tujuan.

### **5.2.2 Saran untuk Peneliti Selanjutnya**

Untuk peneliti selanjutnya, dapat dilakukan uji coba pada kelompok kecil, yaitu pada siswa SMA/SMK yang memiliki tingkat perilaku prokrastinasi akademik tinggi untuk mengetahui keefektifitasan panduan yang telah dibuat.