

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan ini, disimpulkan bahwa penelitian ini menghasilkan produk berupa "Pengembangan Panduan Pelatihan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Behavior Contracts* untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa SMP". Pengembangan produk ini mengikuti metode *Research and Development* menurut *Borg and Gall*. Dari sepuluh tahap yang ada, penelitian ini hanya meliputi tujuh tahap, yaitu: 1) Studi pendahuluan; 2) Perencanaan; 3) Pengembangan bentuk awal produk; 4) Uji validitas; 5) Revisi produk; 6) Uji coba kelompok kecil; dan 7) Penyempurnaan produk.

Berdasarkan hasil validasi tiga uji ahli bimbingan konseling, dapat diketahui bahwa rata-rata tingkat akseptabilitas sebesar 91,77 % atau sangat tinggi. Hasil validasi dari tiga uji ahli media dengan tingkat kemenarikan sebesar 71, 11 % atau tinggi. Selanjutnya hasil uji calon pengguna (Konselor) dengan rata-rata tingkat akseptabilitas sebesar 89, 11 % atau sangat tinggi.

Setelah melewati uji ahli bimbingan konseling, uji ahli media, dan uji calon pengguna produk, peneliti melakukan uji coba kelompok kecil di SMP Negeri 1 Sukosewu dengan sasaran siswa kelas VIII-A. Uji coba dilakukan pada pertemuan ketiga, yang berfokus pada aspek keterlambatan. Siswa menunjukkan antusias tinggi dalam uji coba ini, yang terlihat dari partisipasi mereka dalam mengisi skala prioritas tindakan nyata (prokrastinasi akademik). Antusias ini menunjukkan bahwa buku panduan pelatihan bimbingan kelompok dengan teknik *behavior contracts* untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa berhasil dan layak diimplementasikan serta dilanjutkan dalam penelitian selanjutnya.

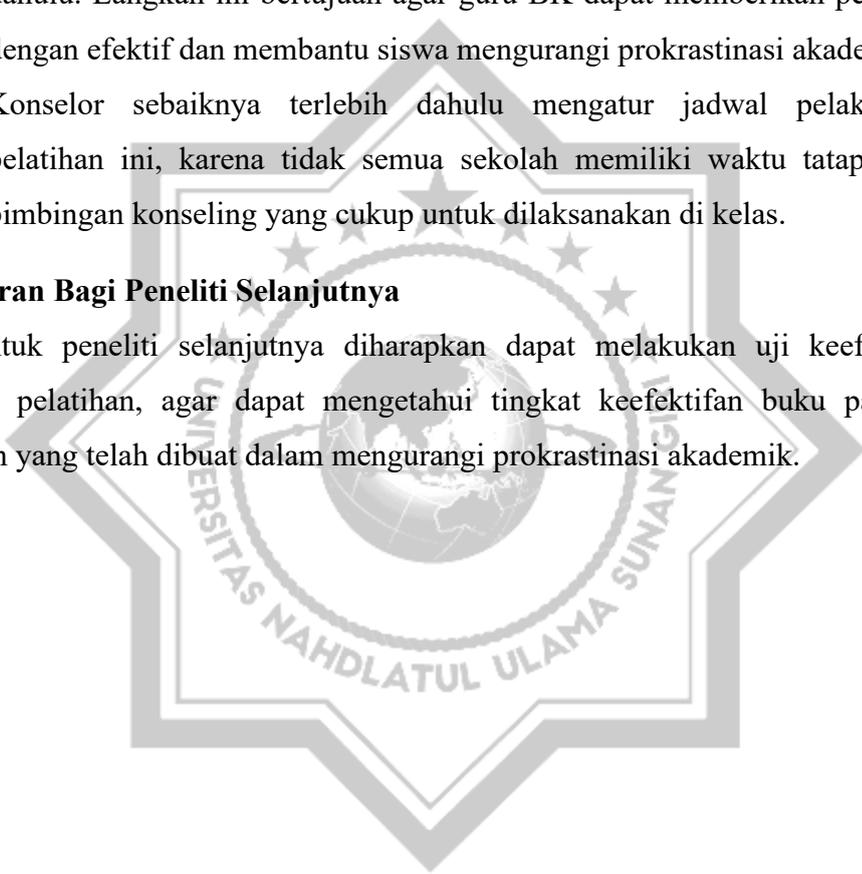
5.2 Saran

5.2.1 Saran Bagi Calon Pengguna Produk

- 1) Sebelum memulai pelatihan prokrastinasi akademik, disarankan agar guru BK mempelajari setiap topik dan materi pada setiap pertemuan terlebih dahulu. Langkah ini bertujuan agar guru BK dapat memberikan pelatihan dengan efektif dan membantu siswa mengurangi prokrastinasi akademik.
- 2) Konselor sebaiknya terlebih dahulu mengatur jadwal pelaksanaan pelatihan ini, karena tidak semua sekolah memiliki waktu tatap muka bimbingan konseling yang cukup untuk dilaksanakan di kelas.

5.2.2 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan uji keefektifan panduan pelatihan, agar dapat mengetahui tingkat keefektifan buku panduan pelatihan yang telah dibuat dalam mengurangi prokrastinasi akademik.



UNUGIRI