

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Produk yang dikembangkan dalam penelitian dan pengembangan ini berupa buku panduan pelatihan untuk meningkatkan *internal locus of control* bagi siswa SMK dengan teknik *cognitive restructuring*. Penelitian dan pengembangan sebagai pedoman konselor dalam upaya membantu meningkatkan *internal locus of control* siswa SMK menggunakan teknik *cognitive restructuring*. Pemberian bantuan dalam pelatihan berupa pengaturan diri sendiri untuk bisa mendorong diri melakukan hal-hal yang dapat membantu meningkatkan kesadaran mengenai potensi diri, minat dan bersemangat untuk melakukan usaha dalam kehidupan-sehari-hari. Seperti halnya fenomena merasa salah jurusan yang sudah menjadi masalah umum bagi sebagian warga sekolah menengah kejuruan, hal ini dapat di prediksi bahwa mereka belum sepenuhnya paham mengenai potensi diri dan minat yang miliki. sehingga dengan buku panduan ini diharapkan kepada siswa agar sadar dengan potensi diri dan minat yang dimiliki serta selalu berusaha untuk menambah informasi tentang berbagai pilihan jurusan, belajar mengidentifikasi kecenderungan diri terhadap suatu minat, serta melatih diri sendiri untuk bisa mengambil keputusan kecil dalam hidup. Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan ini diperoleh simpulan sebagai berikut :

- A. Tingkat *internal locus of control* siswa SMK berdasarkan hasil penyebaran skala psikologis *internal locus of control* menunjukkan bahwa rata-rata siswa berada pada kategori tingkat *internal locus of control* yang rendah.
- B. Hasil penilaian uji ahli BK, ahli media, dan calon pengguna produk diperoleh bahwa teknik *cognitive restructuring* untuk meningkatkan *internal locus of control* siswa SMK dinilai dapat di implementasikan dan bermanfaat baik untuk konselor maupun siswa SMK.
- C. Hasil uji coba yang dilakukan pada kelompok terbatas juga menunjukkan bahwa panduan yang dikembangkan terbukti efisien dan praktis yang dibuktikan dengan lembar kontrak siswa setelah diberikan layanan.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Bagi Pengguna (Konselor)

Sebelum melaksanakan pelatihan *internal locus of control*, konselor disarankan untuk memahami topik, materi, dan langkah-langkah pelaksanaan pada setiap pertemuan, agar dalam pelatihan dapat berjalan maksimal dan dapat memberikan timbal balik yang baik sehingga dapat membantu siswa meningkatkan kematangan karirnya secara optimal. Konselor juga disarankan melaksanakan prosedur komunikasi dengan orang tua siswa bahwasannya akan dilakukan pelatihan *internal locus of control* melalui surat kesediaan pelaksanaan pelatihan, karena berdasarkan pengamatan di lapangan bahwa minimnya jam tatap muka pada layanan bimbingan konseling, sehingga memungkinkan konselor mengatur waktu pelaksanaan pelatihan diluar jam pelajaran, yaitu pada jam pengembangan diri atau ekstrakurikuler. Serta pada pelaksanaan pelatihan, konselor sebaiknya menyiapkan perlengkapan yang menunjang terlaksananya pelatihan secara maksimal sehingga suasana pelatihan berlangsung dengan nyaman dan seksama.

### 5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya, dapat melaksanakan penelitian lanjutan dengan penelitian metode eksperimen untuk mengetahui keefektifan panduan pelatihan *internal locus of control* ini.