

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terkait Efektivitas Bimbingan kelompok teknik *self regulated learning* dalam mereduksi kejenuhan belajar siswa di MTs Raudlatul Huda. Dapat ditarik kesimpulan bahwa bimbingan kelompok teknik *self regulated learning* terbukti efektif untuk mereduksi kejenuhan belajar di MTs Raudlatul Huda dengan jabaran sebagai berikut :

1. Pada layanan konseling di MTs Raudlatul Huda ini termasuk belum cukup optimal. Karena pihak sekolahnya sendiri belum memadai yaitu sarana dan prasarana untuk melakukan kegiatan konseling, tetapi sekolah sudah memiliki tenaga pendidik yang efektif untuk menjalankan proses konseling. Hasil penelitian diperoleh tingkat yang berbeda beda. Pada kategori ini kejenuhan belajar siswa MTs Raudlatul Huda, tinggi 6% , sedang 92%, dan rendah 2%
2. Hasil uji *pre test* dan *post test* terlihat adanya perubahan yang signifikan pada tingkat Kejenuhan Belajar Siswa. Penurunan tingkat kejenuhan belajar yang cukup baik setelah melakukan bimbingan kelompok. Pada hasil uji *sample t-test* menggunakan uji *paired sample t-test* tersebut diketahui nilai sig (2-tailed) sebesar $0.000 < 0,05$, artinya nilai tersebut dikatakan signifikan karena nilai (2-tailed) dibawah 0,05 maka nilai tersebut tidak berdistribusi normal. Dari data tersebut bisa disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik *self regulated learning* sangat membantu dan efektif untuk mereduksi kejenuhan belajar siswa.

Dengan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulated learning* dapat memudahkan untuk mereduksi kejenuhan belajar siswa MTs Raudlatul Huda dengan efektif dengan penyelesaian lancar dan hasil seperti yang diharapkan peneliti dan konseli.

5.2. Saran

5.2.1 Bagi Konseli

Kepada kedelapan siswa diharapkan mampu untuk terus meningkatkan kemampuan meningkatkan motivasi belajar dan mempertahankan gairah belajarnya. Diharapkan kepada kedelapan siswa agar mampu mempertahankan hasil *treatment* atau mampu berkomitmen untuk mengontrol rasa jenuh dalam belajar serta meningkatkan motivasi belajar sendiri 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 mereduksi kejenuhan belajar guna meningkatkan motivasi belajar.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan mampu menjadikan sebuah bahan referensi serta dapat mengembangkan penelitian tentang “Efektivitas Bimbingan kelompok teknik *self regulated learning* dalam mereduksi kejenuhan belajar siswa” di kemudian hari

UNUGIRI