

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1. Simpulan

Produk yang dikembangkan dalam penelitian dan pengembangan ini adalah panduan model dukungan teman sebaya berbasis IDS untuk mereduksi *social anxiety* atlet yang bertujuan untuk menghasilkan panduan pelatihan model dukungan teman sebaya berbasis IDS dalam membantu mereduksi *social anxiety*. Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan ini diperoleh simpulan bahwa tingkat *social anxiety* atlet Pagar Nusa Bojonegoro berdasarkan hasil menyebar skala psikologis *social anxiety* menunjukkan hasil bahwa rata-rata atlet berada pada kategori tingkat *social anxiety* tinggi. Hasil penilaian uji ahli BK, ahli praktisi BK sekolah, dan calon pengguna produk diperoleh bahwa model dukungan teman sebaya berbasis IDS untuk mereduksi *social anxiety* atlet Pagar Nusa Bojonegoro dapat diimplementasikan oleh konselor.

#### 5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dapat diajukan saran pada pihak terkait diantaranya :

##### 5.2.1. Bagi Guru BK

- a. Konselor diharapkan dapat menerapkan model dukungan teman sebaya berbasis IDS sebagai salah satu upaya untuk mereduksi *social anxiety* atlet.
- b. Konselor diharapkan dapat mengembangkan kompetensi yang dimilikinya terutama dalam mempelajari dan melaksanakan model dukungan teman sebaya berbasis IDS untuk mereduksi *social anxiety* atlet.

##### 5.2.2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya, dapat dilakukan uji coba pada kelompok kecil, yaitu pada atlet di tingkat ranting yang memiliki tingkat *social anxiety* tinggi untuk mengetahui keefektifitasan model panduan yang telah dibuat.