

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

1.1 SIMPULAN

Produk tersebut dikembangkan melalui proses penelitian dan pengembangan Borg and Gall ini adalah sebuah buku panduan pelatihan *self regulated learning* untuk meningkatkan resiliensi siswa SMP/MTs. Buku panduan ini dijadikan sebagai pedoman guru bimbingan konseling atau konselor sekolah dalam upaya membantu untuk meningkatkan resiliensi peserta didik dengan menggunakan media jurnal ketahanan diri, yang meliputi layanan konseling kelompok, pengarahan, pencegahan, penanganan, yang bermanfaat bagi siswa dalam menangani masalah dari segi pribadi dan sosial.

Hasil uji coba menunjukkan bahwa buku panduan pelatihan, yang terdiri dari ahli bimbingan konseling, ahli media pembelajaran dari dosen teknik informatika, dan ahli uji coba produk (guru bimbingan konseling atau konselor sekolah), dapat meningkatkan resiliensi siswa dengan metode pembelajaran yang dikontrol secara mandiri menggunakan media jurnal ketahanan diri. Kegunaan, kelayakan, ketepatan, dan kemenarikan adalah beberapa elemen yang dipertimbangkan dalam penilaian ini. Secara umum, buku panduan ini sangat bermanfaat, layak, tepat, dan menarik. Buku panduan pelatihan *self regulated learning* menggunakan media jurnal ketahanan diri memiliki kriteria yang sangat berguna berdasarkan hasil uji bimbingan konseling dan ahli uji coba produk dari aspek kegunaan. Oleh karena itu, buku panduan ini sangat berguna bagi konselor yang memberikan konseling kelompok, khususnya di bidang pribadi dan sosial, untuk meningkatkan resiliensi siswa. Pada aspek kelayakan memiliki kriteria sangat layak artinya buku panduan pelatihan *self regulated learning* menggunakan media jurnal ketahanan diri sangat layak untuk membantu konselor dalam memberikan layanan konseling kelompok khususnya bidang pribadi sosial dalam meningkatkan resiliensi siswa, dan pada aspek ketepatan memiliki kriteria sangat tepat artinya artinya buku panduan pelatihan *self regulated learning* menggunakan media jurnal ketahanan diri sangat tepat dalam pelaksanaan kelompok konseling khususnya pada bidang pribadi sosial dalam meningkatkan resiliensi siswa.

Hasil evaluasi yang dilakukan oleh ahli BK, ahli media, dan calon pengguna menunjukkan bahwa buku panduan untuk pelatihan belajar secara mandiri menggunakan media jurnal ketahanan diri sangat menarik dan sesuai untuk digunakan oleh konselor sekolah. Desain visual yang menarik, penulisan yang jelas, dan gaya bahasa yang mudah dipahami adalah alasan mengapa buku ini dianggap efektif. Hal ini memudahkan konselor untuk menerapkan metode pembelajaran yang dikontrol sendiri untuk meningkatkan ketahanan diri siswa SMP/MTs. Teknik-teknik ini fokus pada regulasi emosi, pengendalian kelebihan beban, optimis, pencapaian, analisis masalah, dan efikasi diri.

Hasil uji coba kelompok kecil dari segi aspek penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik *self regulated learning* dengan media jurnal ketahanan diri untuk meningkatkan resiliensi siswa yang diterapkan pada siswa dapat dinyatakan memiliki kriteria tepat karena ketika proses pelatihan berlangsung peserta didik anggota layanan konseling kelompok sangat berantusias mengikuti kegiatan pelatihan teknik *self regulated learning* dengan media jurnal ketahanan diri yang dapat membantu peserta didik lebih terbuka untuk mencatat dan mengungkapkan suatu keadaan, permasalahan, dan perilaku yang dirasakan atau yang pernah dialami sehingga dapat merencanakan suatu hal yang ingin dicapai. Namun, tidak ingin apa yang direncanakan tersebut diketahui oleh pihak lain kecuali konselor karena apa yang sudah dituliskan pada jurnal ketahanan diri tersebut bersifat rahasia.

Panduan pelatihan *self regulated learning* dengan media jurnal ketahanan diri untuk meningkatkan resiliensi siswa SMP/MTs dinyatakan memiliki keberterimaan yang sangat baik, layak, tepat, patut, menarik, dan bermanfaat, setelah melewati berbagai uji coba. Panduan pelatihan ini dapat digunakan sebagai media bimbingan konseling (BK) untuk membantu konselor sekolah memberikan layanan konseling, khususnya untuk meningkatkan resiliensi siswa melalui teknik *self regulated learning* (SRL).

Pada pembuatan buku panduan meningkatkan resiliensi ini pasti memiliki kelebihan dan kelemahan. Kelebihan dari pembuatan buku panduan pelatihan self regulated learning adalah 1) panduan disusun berdasarkan penilaian kebutuhan yang dilakukan dengan guru BK disekolah dan distribusikan instrument resiliensi

melalui google formulir, 2) panduan telah diuji secara empiris melalui uji akseptabilitas dari ahli BK, ahli media, dan ahli calon pengguna produk, 3) panduan uji coba kelompok kecil. Salah satu kelemahan buku panduan ini adalah bahwa buku panduan hanya dikembangkan hingga tahap uji coba kelompok kecil dan belum mencapai tahap keefektifan.

1.2 SARAN

5.2.1 Saran bagi calon pengguna produk

1. Guru bimbingan konseling (BK) harus mempersiapkan diri dengan baik sebelum memulai pelatihan pembelajaran yang diatur sendiri untuk meningkatkan ketahanan diri dengan mempelajari isi materi, membuat rencana pelatihan, meningkatkan keterampilan pribadi, dan simulasi latihan.
2. Menyebarkan angket resiliensi, evaluasi kebutuhan membantu konselor memahami tingkat resiliensi siswa atau klien dan menentukan kebutuhan khusus mereka untuk merencanakan intervensi yang sesuai. Angket membantu konselor membuat program atau strategi yang lebih tepat.
3. Konselor sebaiknya mengatur jadwal pelatihan *self regulated learning* agar siswa dapat mengikutinya tanpa mengganggu jadwal pelajaran mereka. Hal ini disebabkan beberapa sekolah tidak memiliki cukup waktu untuk bimbingan dan konseling secara langsung. Agar pelatihan berhasil dan mencapai tujuan, koordinasi dengan guru dan pihak sekolah juga penting.

5.2.2 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

Buku panduan pelatihan *self regulated learning* memerlukan penelitian lanjutan. Tanpa kehadiran peneliti sebagai pembimbing, fokus pada siswa-siswi SMP/MTs dengan tingkat resiliensi yang rendah akan memberikan gambaran yang lebih jelas tentang apakah pedoman tersebut efektif. Studi ini dapat membantu apakah model panduan tersebut dapat digunakan secara mandiri dalam layanan bimbingan konseling dan juga memberikan informasi tentang perbaikan dan penyesuaian yang mungkin diperlukan.