

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan.

Dari pembahasan mengenai kemampuan *self regulation* pada siswa kelas XI di *boarding school* Bandung, dapat ditarik kesimpulan:

- a. Sebanyak 43.22% kelas XI di *boarding school* mampu dalam melakukan *self regulation* akademik yang meliputi merencanakan (*forethought*), melaksanakan kegiatan belajar (*performance or volitional control*) dan mengevaluasi hasil belajar (*self reflection*).
- b. Sebanyak 56.78% kurang mampu melakukan *self regulation* dalam bidang akademik berkaitan dengan adanya kekurangmampuan dalam melakukan salah satu aspek *self regulation* atau lebih.
- c. Kekurangmampuan siswa kelas XI di *boarding school* tercermin dalam fase *forethought* (merencanakan), siswa kelas XI *boarding school* Bandung, sebagian besar 82.1% siswa kurang mampu merencanakan kegiatan belajar. Hal tersebut terungkap melalui kekurangmampuan mereka dalam merencanakan target perilaku yang sesuai dengan tujuan yang diharapkan.
- d. Dalam fase *performance or volitional control* (melaksanakan), siswa kelas XI *boarding school* Bandung, 82.1% kurang mampu dalam melaksanakan kegiatan belajar yang telah direncanakan. Berarti mereka kurang mampu

mengendalikan dan mengarahkan perilaku mereka dan melaksanakan apa yang telah direncanakan pada tahap sebelumnya.

- e. Dalam *self reflection* (mengevaluasi hasil belajar), sebagian siswa kelas XI *boarding school* Bandung, 83.58% kurang mampu dalam mengevaluasi kegiatan belajar yang telah dilaksanakan. Hal ini berkaitan dengan kekurangmampuan siswa dalam menilai apakah usaha yang telah dilakukannya sesuai dengan tujuan dan rencana yang telah ditetapkan sebelumnya.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini maka peneliti menyarankan sebagai berikut:

1. Saran bagi penelitian lanjutan.
  - Disarankan kepada peneliti yang tertarik *self regulation* dalam bidang akademik untuk dapat meneliti lebih lanjut mengenai *self regulation* disertai wawancara pada siswa dan observasi.
  - Teori regulasi diri ini tidak hanya terkait dengan kemampuan regulasi diri di bidang akademik saja, tetapi dapat juga dilakukan penelitian mengenai regulasi diri yang dikaitkan dengan faktor-faktor lingkungan yang mempengaruhi *self regulation* seperti peran teman sebaya, orang tua, guru, penerapan disiplin.

2. Saran praktis.

- Disarankan kepada pihak sekolah untuk memasukan pelatihan meregulasi diri dalam kurikulum diantaranya melakukan bimbingan merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi hasil belajar siswa agar dapat mengoptimalkan perkembangan *self regulation*.
- Orang tua memberikan bimbingan dan motivasi agar siswa mengembangkan kemampuan regulasi diri dalam bidang akademik.
- Siswa dapat mengembangkan kemampuan regulasi diri dalam bidang akademik dengan memotivasi diri sendiri untuk patuh terhadap rencana-rencana yang telah disusun, disiplin waktu, dan melakukan evaluasi belajar.