

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dari pembahasan mengenai kemampuan *behavior self-regulation* pada siswa-siswi SMA yang tinggal di asrama SMA “X” Bogor, dapat ditarik kesimpulan :

- a. Sebagian (51.4%) siswa-siswi yang tinggal di asrama SMA “X” Bogor mampu melakukan *behavior self-regulation*. Hal ini berkaitan dengan penghayatan siswa-siswi terhadap lingkungan sosial dan fisik tempat mereka tinggal yaitu fasilitas asrama yang mendukung mereka dapat melaksanakan kegiatan sehari-hari dan perilaku sesuai dengan aturan dan tuntutan pihak asrama. Sebagian siswa-siswi lagi (48.6%) kurang mampu melakukan *behavior self-regulation*.
- b. Aspek *forethought* sejalan dengan kemampuan *behavior self-regulation*, yaitu sebagian (54,3%) siswa-siswi yang tinggal di asrama mampu melakukan fase *forethought* ini. Kemampuan pada fase ini juga berkaitan dengan penghayatan para siswa-siswi terhadap ketersediaan fasilitas asrama yang memadai untuk tetap melakukan kegiatan sehari-hari yang telah direncanakan dan berperilaku sesuai dengan aturan dan tuntutan pihak asrama. Namun, sebagian lagi (45.7%) kurang mampu melakukan fase *forethought* ini. Perbedaan individual ini sejalan dengan perbedaan dalam perkembangan kognitif siswa-siswi sebagai remaja yang beberapa

telah mencapai tahap berpikir *formal operational* dengan baik dan sebagian lagi belum.

- c. Pada fase *performance/volitional control* pun senada dengan kedua kemampuan sebelumnya bahwa kemampuan siswa-siswi asrama untuk melaksanakan *performance/volitional control* juga baik. Sebagian (51,4%) siswa-siswi asrama mampu melaksanakan kegiatan sehari-hari di asrama dengan efektif dan menunjukkan perilaku sesuai dengan aturan dan tuntutan pihak asrama. Sebagian lagi (48.6%) kurang mampu melakukan fase ini terutama pada saat longgarnya pengawasan dari supervisor asrama sebagaimana yang diungkapkan dari wawancara dengan supervisor asrama.
- d. Kemampuan tahap selanjutnya yaitu *self-reflection* tidak sebagaimana dalam tahap-tahap sebelumnya, yaitu sebagian (51,4%) siswa-siswi yang tinggal di asrama kurang mampu melakukan fase *self-reflection*. Hal ini diperkirakan berkaitan dengan kurangnya komitmen untuk tetap melakukan *self-reflection* terutama pada sebagian besar siswa-siswi yang telah tinggal lebih lama di asrama dibandingkan dengan yang dilakukan oleh siswa-siswi yang baru tinggal selama 1-2 tahun. Meskipun begitu, ada pula yang telah mampu melakukan fase *self-reflection* ini (48.6%) terutama mereka yang telah terbiasa mengikuti sesi *devotion* sebagaimana yang diungkapkan oleh supervisor asrama.

5.2 Saran

Saran yang diberikan berdasarkan hasil penelitian ini adalah :

- a. Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk meneliti hubungan antara variable *behavior self-regulation* dengan variable lainnya, seperti jenis kelamin, dukungan orang tua, dukungan teman sebaya, dukungan supervisor asrama, dan penghayatan terhadap ketersediaan fasilitas asrama.
- b. Bagi orang tua, disarankan untuk memberikan pengarahan kepada putra-putri mereka terutama bagi mereka yang akan masuk dalam lingkungan asrama sehingga anak telah lebih siap dan mengerti aturan dan tuntutan pihak asrama yang akan mereka tempati serta dapat mengembangkan kemampuan *behavior self-regulation*.
- c. Bagi *supervisor*/pendamping asrama sekolah, disarankan agar dapat mengarahkan dan mendampingi para siswa-siswi yang tinggal di asrama dengan lebih baik agar dapat mengembangkan dirinya terutama kemampuan *behavior self-regulation* khususnya selama tinggal di asrama.
- d. Bagi siswa-siswi yang tinggal di asrama, disarankan untuk berupaya lebih dapat mengontrol diri dalam melakukan kegiatan sehari-hari tanpa perlu ada pengawasan dari orang tua ataupun *supervisor* asrama sehingga dapat lebih mengembangkan kemampuan *behavior self-regulation*nya.