

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

1. Setelah mengikuti pelatihan *self-regulation* akademik fase *forethought* sebesar 92,86% siswa-siswi menunjukkan adanya peningkatan dalam kemampuan *self-regulation* akademik fase *forethought*. Hal ini menandakan bahwa modul pelatihan yang diberikan dapat meningkatkan kemampuan *self-regulation* fase *forethought* pada siswa-siswi *underachiever*.
2. Sebagian besar siswa-siswi menunjukkan peningkatan pada sub fase kemampuan pada *self-regulation* akademik fase *forethought*, yaitu *goal setting, strategic planning, self-efficacy, outcome expectation, intrinsic interest / value* dan *goal orientation*.
3. Seluruh siswa-siswi menghayati materi modul pelatihan ini bermanfaat. Sebesar 78,57% dari seluruh siswa-siswi menggambarkan modul pelatihan *self-regulation* akademik fase *forethought* yang diberikan menarik dan 85,71% siswa-siswi menghayati bahwa materi modul pelatihan *self-regulation* akademik fase *forethought* yang diberikan mudah dipahami. Hal ini dapat menunjang meningkatkan kemampuan *self-regulation* akademik fase *forethought* mereka.

4. Dari seluruh siswa-siswi, 71, 43% diantaranya menunjukkan pengaruh yang cukup signifikan dari teman-teman dalam menentukan derajat kemampuan *self-regulation* bidang akademik fase *forethought*.

5.2. Saran

5.2.1. Saran Praktis

1. Bagi siswa-siswi yang mengalami peningkatan dalam kemampuan *self-regulation* akademik fase *forethought* diharapkan dapat mempertahankan kemampuan tersebut. Bagi siswa yang tidak mengalami peningkatan kemampuan *self-regulation* akademik fase *forethought* disarankan agar dapat meminta bantuan kepada teman-teman untuk dapat *men-support* kegiatan belajar siswa-siswi yaitu dalam membangun dan mempertahankan keyakinan terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk merencanakan dan mengelola kemampuannya dalam belajar dapat memengaruhi hasil belajarnya, memberikan arahan dalam memfokuskan diri dan mempertahankan usahanya untuk mencapai keberhasilan belajar dan mendorongnya untuk memiliki dan mempertahankan minat dan motivasi belajarnya untuk mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkannya.
2. Kepada Guru Bimbingan dan Konseling SMA Kristen BPPK Bandung, diharapkan dapat memberikan arahan dan konseling kepada siswa-siswi terutama mengenai target nilai yang ditetapkan oleh siswa-siswi dan cara-

cara praktis untuk mengatasi kesulitan-kesulitan yang mereka temui sehari-harinya sehingga mereka terapkan untuk mencapai target nilai yang telah mereka tetapkan. Perlu juga dilakukan pertimbangan untuk memanfaatkan kelompok teman bermain dari siswa-siswi sehingga dapat tercipta dukungan kelompok yang dapat mendukung prestasi belajar.

3. Kepada guru-guru mata pelajaran yang mengajar di kelas, diharapkan dapat memberikan perhatian dan waktu untuk dapat mendampingi siswa-siswi untuk terus mengarahkan kegiatan belajar sehari-harinya.
4. Kepada orang tua, diharapkan untuk dapat memberikan pendampingan, dukungan dan arahan kepada siswa-siswi terutama dalam menjalankan kegiatan belajar di rumah.
5. Kepada teman-teman, diharapkan untuk dapat memberikan dorongan dan dukungan kepada siswa-siswi terutama dalam menjalankan kegiatan belajar di sekolah.

5.2.2. Saran Penelitian

1. Perancangan modul pelatihan ini dirancang untuk melatih kemampuan *self-regulation* akademik fase *forethought* pada siswa-siswi *underachiever*, penelitian selanjutnya disarankan untuk merancang penelitian untuk fase *performance* dan fase *self-reflection* pada siswa-siswi *underachiever* sehingga dapat diperoleh penelitian dan pelatihan yang lengkap untuk kemampuan *self-regulation* akademik.

2. Berdasarkan hasil penelitian bahwa dukungan dari teman juga memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan *self-regulation* akademik fase *forethought* pada siswa-siswi *underachiever*, pada penelitian selanjutnya dapat diteliti mengenai hubungan antara pengaruh dan peran serta teman terhadap kemampuan *self-regulation* akademik fase *forethought* pada siswa-siswi *underachiever*.