

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti di SMA N 1 Muaro Jambi dan telah dilakukan pengolahan data dan analisis pada bab IV, maka Kesimpulan yang dapat diambil dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tingkat regulasi diri siswa di SMA N 1 Muaro Jambi berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 67,86%. Dalam artian siswa di SMA N 1 Muaro Jambi telah mampu dalam mengatur diri dan mengadakan konsekuensi terhadap perilakunya namun masih tetap perlu ditingkatkan.
2. Tingkat keaktifan belajar siswa di SMA N 1 Muaro Jambi berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 59,78%. Tentu dalam hal ini keaktifan belajar siswa di SMA N 1 Muaro Jambi sudah cukup namun tetap perlu ditingkatkan terutama pada indikator aktivitas lisan.
3. Pengaruh regulasi diri terhadap keaktifan belajar siswa SMAN 1 Muaro Jambi sebesar 0,156 atau 15,6% dengan kategori rendah tapi pasti. Kemudian, angka koefisien regresi sebesar 0,296 menunjukkan bahwa keaktifan belajar (Y) akan meningkat sebesar 0,296 untuk setiap kenaikan 1% regulasi diri (X). Dilanjutkan dengan uji T dimana $t_{hitung} 7.356 > t_{tabel} 1,960$ dengan signifikansi 0,05 yang berarti bahwa regulasi

diri berpengaruh terhadap keaktifan belajar. Hal ini menyimpulkan diterimanya hipotesis H_a dan H_0 ditolak.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan Kesimpulan yang telah diperoleh, maka peneliti dapat memberikan saran-saran kepada pihak terkait dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagi guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran terhadap tingkat regulasi diri dan keaktifan belajar siswa sehingga kedepannya guru-guru dapat meningkatkan regulasi diri dan keaktifan belajar siswa.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan kajian yang lebih mendalam dan luas mengenai regulasi diri dan keaktifan belajar siswa dengan menggunakan konsep yang berbeda dari penelitian ini. Hal ini bisa dilakukan dengan melibatkan subjek yang berbeda serta mempertimbangkan variabel bebas dan terikat lainnya. Selain itu, peneliti berikutnya disarankan untuk menganalisis setiap aspek antar variabel untuk memahami seberapa besar kontribusi masing-masing terhadap hasil yang diperoleh.

C. Implikasi Penelitian terhadap Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian yang telah dilaksanakan menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara regulasi diri terhadap keaktifan belajar siswa di SMA N 1 Muaro Jambi. Sehingga dapat dijadikan sebagai sumber informasi bagi guru bimbingan dan konseling.

Guru bimbingan dan konseling diharapkan dapat memberikan layanan bimbingan dan konseling yang berfokus pada pengembangan keterampilan regulasi diri, seperti pengaturan waktu, penetapan tujuan belajar, dan pengelolaan emosi. Dengan cara ini, siswa akan mendapatkan dukungan yang dibutuhkan untuk mengidentifikasi tantangan yang mereka hadapi dan menemukan strategi untuk mengatasinya.

Selain itu, guru bimbingan dan konseling juga dapat berkolaborasi dengan guru mata pelajaran untuk menyelaraskan upaya dalam meningkatkan regulasi diri siswa. Dengan menciptakan lingkungan belajar yang mendukung, diharapkan siswa dapat lebih aktif dan terlibat dalam proses pembelajaran, yang pada gilirannya akan berdampak positif pada hasil akademis mereka.