

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan masalah diatas maka peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut :

Teknik *self-management* merupakan salah satu teknik dalam layanan bimbingan kelompok yang digunakan oleh guru BK untuk meningkatkan motivasi belajar siswa karena teknik ini dianggap tepat untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Pentingnya penggunaan teknik *self-management* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa karena dengan teknik *self-management* siswa dapat mengubah tingkah laku atau kebiasaan dengan pengaturan atau pemantauan yang dilakukan konseli sendiri dengan menggunakan beberapa strategi dalam bentuk latihan pemantauan diri.

Prosedur penggunaan strategi *self-monitoring* dalam teknik *self-management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa dilaksanakan melalui empat tahap bimbingan kelompok yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Pada tahap kegiatan bimbingan kelompok konselor menggunakan strategi *self-monitoring* merupakan komponen penting yaitu secara sistematis dirancang untuk mempengaruhi belajar dan motivasi seseorang. Dalam tahap kegiatan bimbingan kelompok ada beberapa langkah dalam strategi *self-monitoring* yang terdapat di

dalam teknik *self-management* yaitu rasional strategi, memilih respon, mencatat respon, memetakan respon, mempertunjukkan data, dan analisis data.

Efektivitas penggunaan strategi *self-monitoring* dalam teknik *self-management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa, dibuktikan dengan artikel hasil penelitian Siti, dkk (2020), hasil penelitian Aulia (2020), dan hasil penelitian Suriatie (2016)

B. Saran

Berdasarkan simpulan, peneliti mengemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi guru BK

Peneliti berharap penelitian ini bisa menjadi sesuatu yang bermanfaat dalam dunia pendidikan khususnya dalam bidang layanan bimbingan dan konseling. Penelitian juga berharap guru BK dapat meningkatkan keterampilan dalam menggunakan strategi *self-monitoring* melalui layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

2. Bagi Peneliti

Peneliti diharapkan dapat menambah ilmu dan wawasan dan keterampilan tentang strategi *self-monitoring* untuk meningkatkan motivasi belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Brehm, S.S., dan Kassin, S.M. (1993) *Social Psychology*. Boston : Houghton Mifflin Company.
- Djamarah, Syaiful Bahri. (2011). *Psikologi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hamalik, Oemar. (2013). *Psikologi Belajar dan Mengajar*. Jakarta Barat: Indeks.
- Komalasari, Gantina, dkk. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT.Indeks.
- Kuncoro, Mudrajad. (2009). *Metode Riset Untuk Bisnis Dan Ekonomi*. Edisi 3 Penerbit Erlangga.
- Mulyasa. (2006). *Kurikulum yang di Sempurnakan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Nursalim. (2013). *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta: Akademik Permata.
- Narti, S. (2014). *Model Bimbingan Kelompok Berbasis Ajaran Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nazir. (1988). *Metode Penelitian*. Jakarta : Ghalia Indonesia.
- Prayitno.(2005). *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno.(2004). *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Prayitno. (1995). *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok dan Profil*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Puspitasari, Devi. (2012). *Strategi Pembelajaran Terpadu (Teori, Konsep, & Implementasi)*. Yogyakarta : Familia (Group Relasi Inti Media).
- Ratna, Lilis. (2013). *Teknik-teknik Konseling*. Yogyakarta: Deepublish.

- Romlah, Tatik. (2001). *Teori dan Praktek Bimbingan dan Konseling Kelompok*.
Malang: Universitas Negeri Malang Press.
- Sutirna. (2013). *Bimbingan dan Konseling pendidikan Formal, Non Formal dan Informal*. Bandung: Andi Offset.
- Sardiman. (2018). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Depok: PT. Rajagrafindo, Persada.
- Suprijono. (2009). *Cooperative Learning : Teori dan Aplikasi PAIKEM*.
Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung : Alfabeta.
- Siyoto, Sandu dan Ali Sodik. (2015) *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta:
Literasi Media Publishing.
- Tohirin. (2007) *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta:
Grafindo Persada.
- Uno, Hamzah B. (2013). *Teori Motivasi dan Pengukuran Analisis di Bidang Pendidikan*. Jakarta: Gravinda.
- Wahab, Rohmalina. (2015). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Winkel, W.S. dan Sri Hastuti. (2004). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*.
Yogyakarta: Media Abadi.
- Jurnal.**
- Alamri, Nudjana. *Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self-Management untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah*. *Jurnal Konseling*. Gusjig Aang. Vol. 1 No. ISSN 2460-1187. 2015.

Aulia. *“Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Perilaku Menjaga Kebersihan Sekolah Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 25 Banjarmasin”*. Vol. 03 No.02 April 2020.

Indryaningsih, dkk. *“Penerapan Teori Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII B4 SMP Negeri 4 Singaraja”*. Volume: 2. No. 1 Tahun 2014.

Isnaini, dkk. *“Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar”*. Vol. 16, No. 2, Agustus 2015: 33-42.

Siti, dkk. *“Meningkatkan Motivasi Belajar Dengan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self-Management di SMP Negeri 4 Murung Pudak”*. Volume: 6, No 1, Tahun 2020.

Suriatie, *“Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Melalui Strategi Self- Management Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama di Kota Plangkaraya”* Volume. 2, No 2, Tahun 2016.