

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis, interpretasi, dan pembahasan penelitian yang telah dipaparkan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa rata-rata siswa- siswi kelas XI IPS SMA Katolik Sint Carolus Kupang tahun pelajaran 2017/2018 memiliki tingkat kontrol diri yang sedang sebagaimana ditunjukkan oleh skor 109,48. Sedangkan berdasarkan analisis setiap aspek kontrol diri, pada aspek kemampuan mengontrol perilaku dengan skor 22,48 berada pada rentangan skor 20-26, termasuk dalam kategori sedang, aspek kemampuan menunda kepuasan dengan segera dengan skor 23,46 berada pada rentangan skor 20-26 termasuk dalam kategori sedang, aspek kemampuan mengantisipasi peristiwa dengan skor 21,79 berada pada skor 20-26 termasuk dalam kategori sedang, aspek kemampuan menafsirkan peristiwa dengan skor 20,15 berada pada rentangan skor 20-26 termasuk dalam kategori sedang, dan aspek kemampuan mengontrol keputusan dengan skor 21,89 berada pada skor 20-26 termasuk dalam kategori sedang.

Berdasarkan hasil interpretasi di atas siswa yang memiliki tingkat kontrol diri sedang , memiliki ciri – ciri sudah sanggup memberikan respon dengan tenang dan mendiskusikannya secara fair dan sudah bisa mengelola tekanan secara efektif, tidak mempengaruhi hasil pekerjaan atau tidak mempengaruhi proses pekerjaan.

Hal-hal yang telah ditemukan dalam hasil analisis data terlihat bahwa profil kontrol diri siswa tergolong cukup baik, sehingga menjadi acuan dalam penyusunan program bimbingan pribadi dalam rangka meningkatkan kemampuan mengontrol diri siswa .

B. Saran

Berdasarkan simpulan sebagaimana yang telah diuraikan maka peneliti mengajukan saran kepada pihak-pihak yang terkait:

1. Kepala Sekolah

Membuat kebijakan dan menyediakan sarana dan prasarana yang mendukung pelaksanaan bimbingan dan konseling yang sudah ada di sekolah agar semakin menjadi lebih baik.

2. Guru BK

Hendaknya menjalin kerja sama yang baik dengan wali kelas dan guru mata pelajaran untuk mendapatkan informasi tentang siswa-siswi yang mengalami masalah untuk di tindaklanjuti dalam program bimbingan pribadi sehingga siswa dapat mengontrol diri dengan baik.

3. Siswa-siswi

Diharapkan kepada siswa-siswi untuk memanfaatkan layanan bimbingan pribadi yang ada di sekolah sebagai sarana untuk mengenal dan mengontrol diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Muhammad. 2006. *Psikologi Remaja*. Jakarta : PT. Bumi Askara
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta
- Azwar. 2012. *Validitas dan reabilitas*. Yogyakarta:Pustaka pelajar
- Calhoun, J.F & Acocella, J.R 2002. *Psychology of adjustment and human relationship.Psikologi tentang penyesuaian dan hubungan kemanusiaan*. R.S Satmoko (terjemahan) Edisi ketiga. Semarang: IKIP Semarang Press, 12 Desember 2016c
- Chaplin, J.P. 2006. *Kamus Psikologi*. Jakarta : Raja Grafindo Persada
- Goldfried dan Merbaum. 2008. *Pengantar psikologi*. Jakarta :Erlangga
- Gufron, M.N. 2003. *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua Dengan Prokrastinasi*. Akademik. Yogyakarta
- Gufron, M.N & Risnawati, S.R. 2011. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta : Ar : Ruzz.Media
- Gunawan. 2009. *Prinsip Dalam Self Control*. Jakarta: Rhineka Cipta
- Hurlock, Elisabeth B. 2003. *Perkembangan Anak*. Jakarta Erlangga
- Kasiram, Moh. 2008. *Metodologi Penelitian Kuantitatif – Kualitatif*. Malang : UIN.Malang Press
- Muharsih, L. 2008. Pengaruh Hubungan antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Perilaku Konsumtif Pada Remaja Di Jakarta Pusat. Bandung : *Skripsi Psikologi FIP UPI*.
- Muniroh, Nur. 2013. *Hubungan Kontrol Diri dan Perilaku Disiplin Pada Santri Di Pondok Pesantren*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
- Najib. 2005. *Intisari: Mind, Body and Soul*. Jakarta: Intisari Mediatama
- Nazir, Moh. 2003. *Metode Penelitian*. Jakarta : Ghalia Indonesia.
- Nurlaelasari, Lina. 2003. Profil Kontrol Diri Peserta Didik Kelas XI SMK Negeri 2 Tasikmalaya dan Implikasinya Bagi Bimbingan dan Konseling. *Skripsi*.Universitas Pendidikan Indonesia
- Prayitno. 2012, *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang
- Rahman, H.S 2002. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: PGTKI Press
- Rahman, H.S 2003. *Bimbingan & Konseling Pola 17*. Yogyakarta: PGTKI Press

- Santoso, H. (2010). Bimbingan dan konseling pribadi sosial untuk mengembangkan perilaku seksual sehat remaja. *Tesis*. Sekolah Pascasarjana, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Sisdiknas. 2003. *Undang-Undang no.20 tahun 2003*. Bab II Pasal 3. Jakarta
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R & B)*. Bandung: Alfabeta
- Taniredja & Mutafidah. 2012. *Metode Penelitian*. Jakarta :Erlangga
- Tim Penyusun.2017/2018. *Pedoman dan Peraturan Akademik dan Kemahasiswaan Universitas Katolik Widya Mandira : UNWIRA*
- Tohirin, 2009. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta :PT.Raja Grafindo Persada
- Tri & Hudaniah. 2003. *Psikologi Sosial* :Malang UMM Press.
- Winkel. 2006. *Bimbingan dan Konseling di Institusi*. Jakarta. Gramedia
- _____. 2012. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta. Media Abadi
- Yusuf, S & Nurishan, A.J. 2008. *Teori Kepribadian*. Bandung : Remaja Rosdakarya
- Yusuf, Syamsu. 2010. *Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung : Rizqy
- _____. 2016. *Program Layanan Klasikal untuk Meningkatkan Self Kontrol Siswa*. Universitas Ahmad Dalan Yogyakarta