

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan data hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dalam penggunaan gawai di SMKN 1 Banjarmasin :
 - a. Tahap persiapan : Pada tahap persiapan ini guru BK menetapkan waktu, tujuan dan persiapan peralatan bimbingan kelompok. Agar pelaksanaan bimbingan berjalan dengan baik.
 - b. Tahap Pembentukan : Proses pembentukan kelompok diambil dari urutan absen atau urutan kursi masing-masing. Dalam pembentukan kelompok ini dilakukan secara terbuka dan dengan persetujuan peserta didik tidak ada paksaan sama sekali.
 - c. Tahap Peralihan : Tahap peralihan berisikan penjelasan teknis pelaksanaan bimbingan kelompok serta penjelasan terkait asas-asas apa saja yang perlu diperhatikan agar pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berjalan dengan baik dan lancar.
 - d. Tahap Kegiatan : Pada tahap kegiatan berisikan terkait deskripsi topik masalah dan melaksanakan diskusi dengan nyaman tenang dan secara terbuka.

Di SMKN 1 Banjarmasin, teknik *self management* diterapkan dalam penggunaan gawai dengan langkah-langkah berikut: mengenali perilaku negatif

terkait penggunaan gawai yang mengganggu belajar, merancang strategi perubahan dengan bimbingan konselor, menguji pemahaman peserta didik, mencatat strategi yang dipilih beserta tujuan perbaikan perilaku, dan melibatkan guru mata pelajaran untuk memantau perubahan perilaku peserta didik terkait penggunaan gawai selama jam pelajaran.

2. Kendala yang di hadapi guru dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik self management untuk arahan penggunaan gawai di SMKN 1 Banjarmasin yaitu keterbatasan waktu sarana pra sarana dan suasana kelas yang kurang kondusif.

B. Saran-Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan, peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Diharapkan pihak sekolah dapat meningkatkan fasilitas sarana dan prasarana penunjang terkait pelaksanaan layanan BK di sekolah dan konselor diharapkan dapat meningkatkan kompetensi untuk mengikuti kegiatan penunjang yang berhubungan dengan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, serta untuk lebih mensosialisasikan pentingnya layanan konseling kelompok kepada siswa di sekolah sehingga menarik minat siswa untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok di sekolah.
2. Bagi orang tua di rumah agar lebih memperhatikan dan mengontrol anak dalam penggunaan gadget terutama untuk anak-anak yang memiliki dan mengakses media sosial. memberikan bimbingan dan pengetahuan tentang cara

menggunakan gawai dengan baik dan benar untuk mencegah hal-hal yang tidak diinginkan.

3. Bagi para siswa atau konseli diharapkan agar lebih meningkatkan pengelolaan dirinya sendiri, selain itu juga agar siswa tetap konsisten dalam mengerjakan hal-hal positif agar setiap yang diinginkan oleh siswa bisa dicapai.