

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1. KESIMPULAN

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh keadaan keterampilan mengelola stres siswa yang masih kurang baik. Selain itu, dalam pelaksanaan layanan konseling di sekolah bahan ajar yang digunakan masih kurang bahkan tidak ada. Berdasarkan dua permasalahan tersebut, maka dikembangkan bahan ajar keterampilan mengelola stres yang efektif berupa materi, petunjuk, latihan, dan penilaian dalam layanan konseling di SMA Negeri 17 Medan. Pengembangan bahan ajar dikembangkan dengan desain ADDIE yaitu *Analysis* (Analisis), *Design* (Perancangan), *Development* (Pengembangan), dan *Evaluation* (Evaluasi). Hasil dari setiap tahap pengembangan dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Hasil dari tahap *analysis* (analisis) yaitu dilihat dari analisis kebutuhan siswa di SMA Negeri 17 Medan bahwa keterampilan mengelola stresnya masih kurang dilihat dari dari 29 siswa terdapat 2 siswa yang keterampilan mengelola stresnya kurang baik dengan persentase 3,44%. Selain itu, hasil pada tahap ini yaitu diperoleh data bahwa tidak ada bahan ajar keterampilan mengelola stres yang digunakan untuk mendukung pelaksanaan layanan konseling di sekolah.
2. Hasil yang didapatkan pada tahap *design* (perancangan) yaitu penyusunan kerangka bahan ajar yang terdiri dari awal, isi dan akhir. pengumpulan dan pemilihan referensi, penyusunan desain dan fitur bahan ajar, dan penyusunan instrumen penilaian bahan ajar untuk pakar ahli dan angket respon siswa.

3. Hasil yang didapatkan pada tahap development yaitu berupa data kuantitatif dan data kualitatif. Data kuantitatif yang diperoleh berdasarkan penilaian ahli materi yaitu persentase rata-rata 75% dan penilaian ahli media persentase rata-rata 90,78%, yang dimana keduanya berada pada kategori sangat valid/layak. Selanjutnya data kualitatif berupa tanggapan, kritik, dan saran dari ahli materi, ahli media, serta siswa SMA Negeri 17 Medan dalam uji coba kelompok kecil digunakan sebagai perbaikan dalam pengembangan produk yaitu merubah materi menjadi lebih ringan untuk dibaca sehingga materi tersebut dapat menjelaskan sendiri arti dari kata-kata baru yang kurang dipahami siswa, penulis mempersingkat isi materi dan menggunakan gaya bahasa yang mudah dimengerti, serta menyisipkan karakter dalam sebuah materi latihan. Selanjutnya, pada tahap *implementation* (implementasi) yaitu uji coba bahan ajar di SMA Negeri 17 Medan dilakukan secara online menggunakan aplikasi EDUDA yang sudah disediakan oleh dosen pembimbing dan timnya dikarenakan adanya covid 19.
4. Hasil yang didapat dari angket respon siswa rata-rata persentase 88,23% dikategorikan sangat baik dan tidak memerlukan revisi ataupun perbaikan lagi. Selanjutnya, pada tahap *evaluation* (evaluasi) yaitu melihat keektifan bahan ajar berdasarkan hasil latihan siswa.
5. Hasil yang didapat pada tahap evaluasi yaitu dari 29 siswa terdapat 27 siswa yang sudah lulus dalam pengisian latihan pada bahan ajar dengan persentase 93,10%. Maka bahan ajar sudah dikatakan efektif karena

persentase kelulusan secara keseluruhan mencapai klasifikasi baik dengan persentase 92,41%.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa bahan ajar keterampilan mengelola stres yang dihasilkan berupa materi, materi, latihan dan penilaian layanan konseling pada siswa kelas X SMA Negeri 17 Medan sudah efektif.

## 5.2. SARAN

Berdasarkan pada proses pengembangan yang telah ditempuh, hasil uji coba, dan kesimpulan yang telah dipaparkan, diperlukan untuk memberi saran-saran dalam pengembangan produk bahan ajar keterampilan mengelola stres ini, sebagai berikut:

1. Bagi sekolah, bahan ajar ini diharapkan dapat dicetak dan dipergunakan sebagai bahan ajar tambahan bagi siswa untuk meningkatkan pemahaman siswa terhadap cara mengelola stres yang baik.
2. Bagi Universitas Negeri Medan diharapkan penelitian ini dapat menjadi literatur baca bagi mahasiswa.
3. Bagi guru bk dan siswa diharapkan bahan ajar ini dapat membantu guru bk dalam melakukan kegiatan layanan konseling kepada siswa sehingga dapat membantu siswa dalam menguasai latihan-latihan mengelola stresnya dan kepada siswa diharapkan dapat mandiri dalam melakukan latihan keterampilan mengelola stresnya berdasarkan latihan-latihan yang terdapat didalam bahan ajar ini.
4. Bagi penelitian selanjutnya diharapkan penelitian ini menjadi bahan referensi dengan jenis penelitian sama.