

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan implementasi yang telah dilakukan, dapat disimpulkan hal-hal berikut:

1. Workshop mindset positif berhasil diimplementasikan sebagai media untuk meningkatkan kompetensi mengendalikan diri bagi tenaga administrasi sekolah (TAS). Workshop ini disusun berdasarkan hasil analisis kebutuhan di lapangan, yang menunjukkan bahwa banyak TAS menghadapi tekanan kerja tanpa memiliki bekal strategi pengelolaan emosi dan pola pikir positif yang memadai. Workshop dirancang untuk memberikan penguatan pada aspek pengendalian emosi, bersikap tenang, pengendalian stres, dan berfikir positif.
2. Workshop yang dihasilkan bersifat praktis, sebagaimana dibuktikan melalui tahapan implementasi yang menunjukkan bahwa metode pembelajaran seperti ceramah interaktif, diskusi kelompok, self-talk positif, afirmasi, serta visualisasi diri mampu diterapkan secara mudah oleh peserta. Selain itu, evaluasi dari peserta menunjukkan tingkat kepuasan yang tinggi terhadap relevansi materi (96%), kualitas fasilitator (94%), Keterlibatan dan Interaksi 91%, Visual dan media pelatihan 88% , Kesesuaian waktu dan durasi 85%.
3. Workshop mindset positif ini juga memberikan dampak dan terbukti efektif dalam meningkatkan kompetensi mengendalikan diri. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa implementasi workshop mindset positif memberikan dampak yang signifikan dan praktis terhadap peningkatan

kompetensi mengendalikan diri tenaga administrasi sekolah (TAS) di wilayah Aceh Utara.

#### 4. Saran

Berdasarkan hasil dan kesimpulan di atas, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah atau Instansi Pendidikan

Disarankan untuk menghidupkan kompetensi mengendalikan diri bagi TAS terhadap lingkungan sekolah disetiap kesempatan baik melalui program workshop pengembangan diri secara berkala maupun jenis kegiatan lainnya.

2. Bagi Tenaga Administrasi Sekolah (TAS)

Diharapkan dapat terus mengembangkan kemampuan pengendalian diri melalui latihan, refleksi, dan penerapan prinsip-prinsip mindset positif yang telah didapat dalam kegiatan workshop mindset positif ini dalam kehidupan kerja sehari-hari, agar tercipta lingkungan kerja yang sehat dan produktif.

