

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis penelitian dan pembahasan tentang Pendekatan Preventif Bimbingan dan Konseling dalam Regulasi Diri Aktivistis Mahasiswa Unit Kegiatan Mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang. Sesuai dengan fokus penelitian yang ingin diungkapkan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi diri Aktivistis Mahasiswa Unit Kegiatan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang. Ada dua faktor regulasi diri yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri Aktivistis seperti cara yang dilakukan dalam mencapai prestasi belajar, kuliah sambil mengikuti organisasi. Faktor ini biasanya berupa sikap juga sifat yang melekat pada diri seseorang. Sedangkan faktor eksternal adalah suatu faktor yang ada diluar diri yang biasanya berinteraksi dengan pribadi, lingkungan yang lebih luas.
2. Aspek-aspek regulasi diri. Menganalisis Aktivistis Mahasiswa Unit Kegiatan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang aspek-aspek terdiri dari tiga yaitu: metakognitif seperti dapat mengevaluasi pelajaran, aspek motivasi seperti percaya diri dari dorongan orang lain, dan aspek perilaku seperti dapat mengatur diri dalam menjalankan kedua aktivitas.
3. Upaya-upaya Preventif Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Regulasi Diri Aktivistis Mahasiswa Unit Kegiatan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang. Upaya tersebut terdiri dari upaya korektif seperti dapat mencegah prestasi belajar agar tidak turun, upaya preserfatif dengan mempertahankan prestasi, upaya pembinaan seperti mencari solusi agar

tidak terpuruk dalam menghadapi masalah, dan upaya adaptasi seperti dapat menyesuaikan diri dengan banyak mendapatkan teman.

## **B. Saran**

Melalui hasil penelitian ini, ada beberapa saran yang dapat ditampilkan penulis sebagai berikut:

1. Penulis berharap kepada Aktivis Mahasiswa unit kegiatan mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang. Agar lebih mengoptimalkan lagi pengaturan diri. Agar dapat memberi contoh dan panutan yang lebih baik, buat teman yang lain baik di organisasi maupun di perkuliahan.
2. Diharapkan bagi Aktivis lebih meningkatkan lagi prestasi belajarnya
3. Agar nilainya tetap bagus maka aktivis harus selalu dapat mencegah masalah yang mungkin dapat terjadi.
4. Seorang Aktivis harus mengajak dan memberi contoh yang baik untuk temannya yang lain, supaya semua rang memandang unit kegiatan mahasiswa itu sesuatu yang yang sangat baik