

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Pada bab ini disimpulkan hasil penelitian dan disampaikan saran-saran mengenai hal yang bisa ditambahkan pada penelitian selanjutnya agar didapatkan hasil yang lebih baik.

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan perhitungan statistik dengan regresi sederhana dan uji *t*, diperoleh nilai *t* hitung untuk variabel waktu *recall* sebesar 12,243. Karena *t* hitung (12,243) > *t* tabel (2,00) dan nilai *p*-value (*sig*) bernilai 0,000 yang berarti nilainya lebih kecil dari 0,05 maka *H*<sub>0</sub> ditolak. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan dari waktu *recall* terhadap memori mahasiswa pada kelompok eksperimental dengan memori mahasiswa pada kelompok kontrol dalam mata kuliah psikologi kognitif. Artinya, rata-rata memori mahasiswa kelompok eksperimental yang diberikan waktu *recall* lebih besar dibanding rata-rata memori mahasiswa kelompok kontrol yang tidak diberikan waktu *recall*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa waktu *recall* meningkatkan lamanya materi atau informasi berada di dalam memori. Selain itu pengulangan yang dilakukan saat mahasiswa diberikan waktu *recall* dapat meningkatkan ingatan mahasiswa tentang materi-materi mata kuliah psikologi kognitif, selain itu pengulangan juga dapat meningkatkan lamanya materi yang telah dipelajari disimpan di *short-term memory*. Namun ada faktor-faktor yang dapat mempengaruhi memori mahasiswa selain waktu *recall*, salah satunya adalah

media pembelajaran *handout*. Hasil survey yang dilakukan penulis terhadap mahasiswa yang mengontrak mata kuliah psikologi kognitif didapat bahwa dengan adanya media pembelajaran *handout*, memudahkan mahasiswa dalam mempelajari materi perkuliahan dan membantu mereka dalam memahami materi

Dari data penunjang didapatkan bahwa mahasiswa pada kelompok kontrol lebih banyak mengalami kesulitan untuk fokus saat mempelajari materi *general knowledge* dalam mata kuliah psikologi kognitif dibanding mahasiswa pada kelompok eksperimental sehingga hal tersebut mempengaruhi proses masuknya informasi ke dalam memori yang mengakibatkan perhatian mereka terhadap materi terpecah. Selain itu, kondisi *mood* yang baik di kelompok eksperimental saat mempelajari materi *general knowledge* dalam mata kuliah psikologi kognitif membantu proses belajar mereka berlangsung dengan baik sehingga mereka dapat mengingat materi dengan lebih akurat dibandingkan kelompok kontrol.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yaitu hanya mengambil 2 dari 4 kelas psikologi kognitif yang ada sehingga kurang memberikan gambaran dari seluruh populasi yang ada. Penelitian ini hanya mengukur waktu *recall* pada materi yang diajarkan oleh dosen dalam 1 pertemuan. Ada faktor-faktor lain yang mempengaruhi memori mahasiswa selain waktu *recall* seperti media pembelajaran *handout* yang diberikan oleh dosen. Penelitian ini juga meniadakan proses *pre-test* yang mungkin saja akan menguatkan hasil yang didapat mengenai pengaruh waktu *recall* terhadap memori mahasiswa.

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Saran Teoritis**

Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan jika ingin melakukan penelitian eksperimental di jenjang pendidikan lain seperti SD, SMP, ataupun SMA.

Peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian ekperimental dengan desain eksperimen *pretest-posttest design* sehingga lebih menggambarkan pengaruh *treatment* yang dilakukan di mata kuliah yang juga memiliki materi yang banyak yaitu psikologi klinis.

Peneliti selanjutnya diharapkan untuk memperbanyak jumlah sampel penelitian agar hasil penelitian lebih mewakili populasi.

Peneliti selanjutnya dapat menambah metode lain untuk meningkatkan memori misalnya saat mahasiswa diberikan waktu *recall*, dosen *me-review* kembali materi tersebut.

### **5.2.2 Saran Praktis**

Bagi staf pengajar, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu bahan pertimbangan untuk diterapkan dalam proses belajar guna meningkatkan memori mahasiswa.

Bagi staf pengajar, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk menyusun soal-soal yang akan diberikan pada mahasiswa untuk mengukur hasil belajar mereka.

Bagi staf pengajar, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu bahan pertimbangan untuk menyusun materi ajar yang memudahkan mahasiswa dalam memahami dan mengingat materi yang diajarkan.

Bagi mahasiswa yang mengontrak mata kuliah psikologi kognitif, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu metode yang dapat diterapkan dalam kegiatan belajar.