

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data dan pembahasan mengenai fase *performance or volitional control self regulation* pada mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung, diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang mampu melakukan fase *performance or volitional control self regulation* dan yang kurang mampu melakukan fase *performance or volitional control self regulation* tersebar secara hampir merata.
2. Kemampuan untuk melakukan fase *performance or volitional control self regulation* didukung oleh beberapa aspek fase *forethought* yaitu *strategic planning, self-efficacy, outcome expectation, intrinsic interest/value* dan *goal orientation* serta beberapa aspek dari fase *self-reflection* yaitu *self-evaluation* dan *causal attribution*. Sementara kekurangmampuan melakukan fase *performance or volitional control self-regulation* dipengaruhi oleh tidak menentukan *goal setting*, tidak membuat *strategic planning*, kurang *self-efficacy*, tidak memiliki *outcome expectation*, tidak memiliki *intrinsic interest/value*, kurang *goal orientation* dan *self-reaction* yang cenderung *defensive*.

3. Mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang mampu melakukan *self-control* maupun yang kurang mampu menunjukkan penyebaran yang merata. Kemampuan untuk melakukan *self-control* dipengaruhi oleh *strategic planning*, *self-efficacy*, *outcome expectation*, *intrinsic interest/value*, *goal orientation*, *self-evaluation* dan *causal attribution*. Sementara kekurangmampuan melakukan *self-control* dipengaruhi oleh tidak menentukan *goal setting*, tidak membuat *strategic planning*, kurang *self-efficacy*, tidak memiliki *outcome expectation*, tidak memiliki *intrinsic interest/value*, kurang *goal orientation*, tidak melakukan *causal attribution*, tidak melakukan *self-valuation* dan *self-reaction* yang cenderung *defensive*.
4. Sebagian besar mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung sudah mampu melakukan *self-observation*. Hal ini dipengaruhi oleh *goal setting*, *strategic planning*, *self-efficacy*, *outcome expectation*, *intrinsic interest/value*, *goal orientation*, *self-evaluation*, *causal attribution*, *self-satisfaction* dan *self-reaction* yang cenderung *adaptive*.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Saran Teoretis:

1. Bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian lanjutan, hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan jika ingin melakukan penelitian terhadap mahasiswa dari karakteristik fakultas atau universitas yang berbeda.

2. Peneliti selanjutnya, dapat melakukan penelitian korelasional mengenai pengaruh fase *forethought* dan fase *self-reflection* terhadap fase *performance or volitional control* pada mahasiswa.
3. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian *self-regulation* yang berfokus pada fase *forethought* yang merupakan titik awal mahasiswa membuat target dan perencanaan atau fase *self-reflection* yang merupakan hasil evaluasi mahasiswa terhadap hasil dari performa belajar mereka.
4. Bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian *self-regulation* fase *performance or volitional control*, melakukan terlebih dahulu pengambilan data fase *forethought*. Sesudah itu responden yang sudah mampu melakukan fase *forethought*, diteliti bagaimana fase *performance or volitional control* mereka.

#### 5.2.2 Saran Praktis :

1. Bagi mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung.  
Agar mahasiswa dapat menggunakan informasi tentang fase *performance or volitional control self-regulation* sebagai referensi untuk mengerti dan memahami tentang fase *performance or volitional control self-regulation* dalam meningkatkan performa belajar dan keberhasilan mahasiswa. Sehingga diharapkan mahasiswa dapat lebih memahami diri mereka dalam menghadapi tuntutan belajar di Fakultas

Psikologi yang sudah menerapkan kurikulum KBK dan mahasiswa dapat meningkatkan performa belajar mereka, dengan cara:

- Memiliki target dan strategi atau perencanaan belajar yang efektif dan spesifik.
- Memiliki keyakinan terhadap diri sendiri yang meliputi mengetahui kelebihan, kekurangan diri sendiri, harapan dan motivasi.
- Mengarahkan tindakan dan usaha mahasiswa agar tetap fokus ke target yang telah ditetapkan.
- Mengamati dan mencatat hal-hal yang dialami untuk digunakan sebagai dasar untuk membuat strategi atau perencanaan belajar yang baru.
- Melakukan evaluasi dan mengetahui apa yang menyebabkan mahasiswa memperoleh suatu hasil.
- Menentukan target yang lebih sesuai dan strategi atau perencanaan belajar yang lebih efektif apabila sesudah berusaha secara optimal namun masih belum dapat mencapai target yang telah ditetapkan sebelumnya.

## 2. Bagi dosen Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung

Agar dosen dapat menggunakan informasi tentang fase *performance or volitional control self-regulation* sebagai referensi untuk mengerti dan memahami tentang fase *performance or volitional control self-regulation* dalam meningkatkan performa belajar dan keberhasilan

mahasiswa. Sehingga diharapkan dosen dapat lebih memahami mahasiswa dalam menghadapi tuntutan belajar di Fakultas Psikologi yang sudah menerapkan kurikulum KBK dan dosen dapat membantu meningkatkan performa belajar mahasiswa, dengan cara:

- Mengarahkan mahasiswa agar selalu memiliki target dan strategi atau perencanaan di dalam belajar.
- Meminta mahasiswa untuk mencoba membuat jurnal pribadi untuk mencatat apa saja yang sudah mereka lakukan dan bagaimana hasil yang mereka peroleh.
- Memberikan penghargaan dalam bentuk pujian untuk mahasiswa yang sudah memiliki performa belajar yang tinggi agar dapat memotivasi mahasiswa untuk tetap mempertahankan performa belajarnya tersebut. Memberikan *feedback* kepada mahasiswa yang performa belajarnya masih rendah agar membantu mereka untuk mengetahui apa yang perlu mereka lakukan selanjutnya.

### 3. Bagi Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung

Agar fakultas dapat menggunakan informasi dari penelitian ini untuk dapat meningkatkan performa belajar dan keberhasilan mahasiswa dengan cara :

- Membuat program untuk dosen wali agar memastikan bahwa mahasiswa memiliki target spesifik yang ingin mereka capai di dalam perkuliahan.

- Menyediakan fasilitas-fasilitas yang dapat mendukung performa mahasiswa seperti memperlengkap buku-buku referensi.