

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kontribusi determinan-determinan terhadap *intention* untuk melakukan saat teduh yang dilakukan kepada 128 orang mahasiswa Anggota Kelompok Kecil PMK di Universitas Kristen Maranatha Bandung, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut :

1. Diantara ketiga determinan, determinan *attitude toward the behavior* memberikan kontribusi yang paling besar terhadap *intention*. Semakin AKK PMK mengetahui manfaat melakukan saat teduh, maka AKK akan semakin senang untuk melakukannya dan membentuk sikap yang positif untuk melakukan saat teduh (*favourable*) sehingga keputusan secara sadar dari AKK PMK untuk melakukan saat teduh semakin kuat (*intention*).
2. Determinan *perceived behavioral control* memberikan kontribusi terbesar kedua terhadap *intention*. Persepsi yang positif dari AKK PMK mengenai kemampuannya untuk melakukan saat teduh, semakin memperkuat keputusan secara sadar (*intention*) dari AKK PMK untuk melakukan saat teduh.
3. AKK PMK yang memiliki persepsi positif maupun negatif mengenai kemampuannya melakukan saat teduh, sama-sama memiliki keyakinan mengenai adanya sumber daya yang mendukung dan menghambat AKK

PMK, yang juga berpengaruh kuat bagi mereka untuk melakukan saat teduh. Dapat dikatakan keyakinan (*beliefs*) tersebut tampaknya tidak terkait dengan *perceived behavioral control* AKK PMK untuk melakukan saat teduh.

4. Determinan *subjective norms* memberikan kontribusi terkecil terhadap *intention*. Persepsi AKK PMK yang positif mengenai tuntutan dari orang-orang signifikan baginya dan adanya kesediaan mereka untuk mengikuti orang-orang tersebut, tidak terlalu berpengaruh dalam memperkuat keputusan secara sadar (*intention*) dari AKK PMK untuk melakukan saat teduh.
5. Ketiga determinan tersebut saling berkorelasi satu dengan yang lainnya, dan yang paling besar korelasinya adalah antara determinan *attitude toward the behavior* dengan *subjective norms*. Semakin cenderung AKK PMK untuk melakukan saat teduh (*favourable*), maka persepsi AKK PMK mengenai tuntutan dari orang-orang signifikannya untuk melakukan saat teduh dan kesediaan mereka untuk mematuhi orang-orang tersebut juga semakin positif.
6. *Background factors* baik dari personal, sosial maupun informasi, tampaknya tidak terkait terhadap determinan- determinan dari *intention*, yaitu *attitude toward the behavior*, *subjective norms* maupun *perceived behavioral control*.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diajukan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan.

5.2.1 Saran Teoritis

1. Penelitian ini memiliki keterbatasan dengan kurangnya meneliti "*beliefs*" secara lebih mendalam. Oleh karena itu bagi peneliti lain yang ingin meneliti *planned behavior* dalam bidang Psikologi Sosial, dapat melakukan penelitian ini lebih lanjut, yaitu dengan meneliti lebih mendalam dan spesifik mengenai pengaruh *belief-belief* yang ada dalam determinan-determinan *intention* terhadap determinan itu sendiri.
2. Disarankan untuk melakukan penelitian kontribusi determinan-determinan terhadap *intention* pada Anggota Kelompok Kecil Persekutuan Mahasiswa Kristen di Universitas Kristen Maranatha Bandung, pada kegiatan pembinaan kerohanian lainnya di Kelompok Kecil dan Persekutuan Mahasiswa Kristen.

5.2.2 Saran Praktis

1. Bagi setiap pendamping dan pengurus PMK di Universitas Kristen Maranatha Bandung disarankan untuk tetap memberikan pembinaan-pembinaan rohani kepada setiap AKK PMK, terutama pembinaan yang bertemakan mengenai saat teduh sebagai bentuk informasi yang akan mereka terima, untuk meningkatkan keyakinan mereka akan konsekuensi dari melakukan saat teduh.
2. Bagi setiap PKK, sebagai orang yang signifikan bagi AKK dalam organisasi PMK, diharapkan memberikan motivasi intrinsik yang bersifat pribadi kepada AKKnya. Hal ini dapat dilakukan melalui bimbingan rohani secara pribadi dengan memberikan suatu pengertian bahwa pentingnya melakukan saat

teduh, agar dapat menimbulkan persepsi positif AKK mengenai tuntutan PKKnya untuk melakukan saat teduh dan kesediaan mereka untuk mematuhi PKKnya.

3. Bagi setiap PKK, sebagai orang yang signifikan bagi AKK dalam organisasi PMK, diharapkan memberikan *feedback* dari saat teduh yang dilakukan oleh AKK agar muncul persepsi positif dari AKK mengenai kemampuannya dalam melakukan saat teduh. Hal ini dapat dilakukan dengan cara menganjurkan setiap AKKnya untuk mencatat hal-hal yang didapatkan dan yang kurang dipahami dari renungan yang dibaca setiap kali melakukan saat teduh, kemudian melakukan diskusi dan pembahasan mengenai hal tersebut.
4. Bagi orang tua dan PKK, sebagai orang-orang yang signifikan bagi AKK PMK, diharapkan dapat meningkatkan kecenderungan AKK untuk melakukan saat teduh (*attitude toward the behavior*). Adapun caranya adalah dengan memberikan pujian bagi AKK (konsekuensi positif) jika mereka melakukan saat teduh dan teguran (konsekuensi negatif) jika mereka tidak atau mulai jarang melakukan saat teduh, agar muncul efek menyenangkan dari AKK untuk melakukan saat teduh.