

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh dari menutup mata terhadap akurasi *recall* di *working memory* yang dilakukan pada Mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2014 Universitas X, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Tidak ada perbedaan secara signifikan antara kelompok yang tidak menutup mata dengan kelompok yang menutup mata dalam kebenaran dan keakuratan *recall* dari *working memory*. Hal ini berarti tidak ada pengaruh menutup mata terhadap kebenaran dan keakuratan *recall* dari *working memory* pada mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2014 Universitas X.
2. Kecukupan waktu tidur pada malam sebelumnya dan pengalaman menonton video yang digunakan pada penelitian cenderung berkaitan dengan kebenaran dan keakuratan *recall* dari *working memory* pada mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2014 Universitas X.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok yang tidak menutup mata dengan kelompok yang menutup mata, dimana berarti terdapat pengaruh dari menutup mata terhadap kecepatan dalam *recall* informasi visual dari *working memory* pada mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2014 Universitas X.

## 5.2.Saran

Berdasarkan simpulan di atas, peneliti menemukan berbagai keterbatasan yang memengaruhi hasil penelitian yang telah diperoleh. Oleh karena itu, peneliti mengajukan beberapa saran, yaitu:

### 5.2.1.Saran Teoritis

- Bagi peneliti lain yang berniat untuk melakukan replikasi agar dapat meneliti lebih lanjut mengenai pengaruh dari waktu tidur dengan kebenaran dan keakuratan *recall* dari *working memory*.
- Bagi peneliti lain yang berniat untuk melakukan replikasi agar dapat meneliti lebih lanjut mengenai pengaruh dari pengalaman dengan kebenaran dan keakuratan *recall* dari *working memory*.
- Bagi peneliti lain yang berniat untuk melakukan replikasi agar dapat meneliti lebih lanjut mengenai pengaruh dari menutup mata terhadap *recation time* dalam proses *recall* di *working memory*.
- Bagi peneliti lain yang ingin melakukan replikasi dapat memodifikasi dan menambahkan aitem-aitem yang mengarahkan pada perilaku-perilaku mikro, seperti gerakan tangan, ekspresi wajah, dan sebagainya, sehingga lebih sesuai dengan responden penelitian, yaitu mahasiswa Fakultas Psikologi.
- Bagi peneliti lain yang ingin melakukan replikasi dapat memodifikasi prosedur penelitian, seperti menyisipkan waktu istirahat selama beberapa menit setelah informasi masuk (menonton video), dan sebagainya.

- Bagi peneliti lain yang berniat untuk melakukan replikasi dapat menggunakan populasi yang lebih luas.

### 5.2.2. Saran Praktis

- Bagi mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2014 Universitas X dapat menggunakan cara apapun untuk memunculkan kembali informasi visual tanpa harus memedulikan distraksi visual.
- Bagi mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2014 Universitas X perlu untuk tidur dalam waktu yang cukup di malam sebelum kuis atau ujian atau pengambilan data (observasi) agar dapat memunculkan kembali informasi yang benar dan lebih akurat.
- Bagi mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2014 Universitas X perlu melakukan pengulangan dalam belajar agar dapat memunculkan kembali informasi yang benar dan lebih akurat saat kuis atau ujian.

