

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Siswa kelas 10 berprestasi rendah di SMA "X", lebih banyak yang memiliki *self-efficacy* kuat daripada lemah. Hal itu dapat dilihat juga dari lebih kuatnya keyakinan mereka pada aspek pilihan yang dibuat, usaha yang dikeluarkan, daya tahan serta pengahayatan perasaan, dibandingkan dengan siswa yang memiliki *self-efficacy* lemah.
2. Sumber-sumber yang diperoleh melalui pengalaman seperti *mastery experience*, *vicarious experience* dan *social persuasion* tidak berpengaruh terhadap *self-efficacy* siswa, yang lebih berpengaruh adalah pemaknaan mereka atas pengalaman tersebut.
3. Pada *physiological and affective states*, siswa yang memiliki *self-efficacy* lemah lebih sering menghayati kondisi emosi negatif, seperti *bad mood*, sedih, kecewa, cemas, dan jenuh saat belajar. Hal itu juga dianggap sebagai gangguan dalam belajar. Sementara itu, siswa dengan *self-efficacy* yang kuat lebih banyak yang menghayati kondisi emosi yang berubah-ubah (kadang positif kadang negatif). Dari segi kondisi fisik, baik siswa dengan *self-efficacy* kuat maupun lemah mrnghayati kondisi fisik yang secara umum cukup sehat, dan hal itu tidak berpengaruh bagi *self-efficacy* mereka.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Saran Penelitian Lanjutan

- Melakukan penelitian lebih lanjut mengenai kontribusi sumber-sumber terhadap *self-efficacy* pada siswa.
- Melakukan penelitian mengenai hubungan *self-efficacy* dengan motivasi berprestasi.
- Melakukan penelitian mengenai hubungan *self-efficacy* dengan optimisme.

### 5.2.2 Saran Guna Laksana

Berdasarkan penelitian ini dapat diajukan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan.

- Bagi siswa dengan *self-efficacy* yang lemah diharapkan dapat meningkatkan keyakinannya dalam aspek daya tahan dan penghayatan perasaan. Bagi siswa yang memiliki *self-efficacy* kuat disarankan agar meningkatkan usaha dan daya tahan dalam menghadapi kenaikan kelas.
- Bagi orang tua siswa SMA “X”, diharapkan agar membantu siswa dalam meningkatkan *self-efficacy* mereka, yang dapat berpengaruh pada peningkatan motivasi dan prestasi akademisnya.
- Bagi guru BK SMA “X”, diharapkan agar lebih sering memberikan semangat bagi para siswa dan meyakinkan bahwa mereka mampu sehingga dapat meningkatkan *self-efficacy*.