

## Bab V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat ditarik suatu gambaran umum mengenai *self-efficacy* belief dalam melakukan penghematan listrik pada mahasiswa psikologi di universitas “X” di Bandung, dengan kesimpulan sebagai berikut:

1. Pada mahasiswa psikologi universitas “X” yang memiliki *self-efficacy* tinggi sebanyak 54,9% dan yang memiliki *self-efficacy* rendah sebanyak 45,1%.
2. Semakin tinggi *self-efficacy* maka akan semakin yakin dalam kemampuan membuat keputusan berhubungan dengan tujuan, mengeluarkan usaha dalam mencapai tujuan tersebut, bertahan dalam menghadapi tantangan, dan menghayati perasaan ketika menghadapi tantangan tersebut. Yang paling berpengaruh adalah usaha yang dikeluarkan, kemudian penghayatan perasaan, diikuti oleh daya tahan dan keputusan yang tidak berbeda jauh.

3. Para mahasiswa psikologi universitas “X” dipengaruhi oleh sumber-sumber *self-efficacy*. Semakin tinggi *mastery experiences*, *vicarious experiences*, *social / verbal persuasion* dan *physiological and affective states* mahasiswa maka semakin tinggi *self-efficacy* mahasiswa psikologi. Sumber *self-efficacy* yang paling berperan yaitu *social / verbal persuasion* berupa pujian dan teguran.
4. *Self-efficacy* mahasiswa psikologi yang bertempat tinggal di rumah memiliki *self-efficacy* yang tinggi, disebabkan mahasiswa yang tinggal di rumah memiliki perasaan kebersamaan dan didukung secara berkelanjutan oleh orangtuanya.

## 5.2 Saran

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

### 5.2.1 Penelitian Lanjutan

1. Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk mengadakan berbagai penelitian lanjutan dengan metode kontribusi *self-efficacy* dengan faktor pemakaian listrik mahasiswa, dan keputusan pemilihan perangkat listrik.
2. Disarankan mengadakan penelitian yang serupa mengenai korelasi antara derajat *self efficacy* dan isu pelestarian lingkungan pada mahasiswa yang kost dan yang tinggal di rumah.

### 5.2.2 Guna Laksana

1. Bagi mahasiswa psikologi diharapkan dapat dengan informasi ini lebih menyadari pentingnya penghematan terutama menghemat listrik. Oleh karena itu diharapkan mahasiswa psikologi dapat meningkatkan *self-efficacy* melalui keempat sumber *self-efficacy* dengan mengikuti seminar tentang lingkungan, mencari informasi, dan meningkatkan motivasi.
2. Dari hasil penelitian sumber *self-efficacy* yang paling berperan adalah pujian dan teguran sehingga peran keluarga efektif dalam mendidik dengan memberi teladan dan memberikan nasihat serta pujian.
3. Agar teman-teman mahasiswa dapat ikut mendukung gerakan penghematan listrik dengan cara berpartisipasi dan memberi contoh teladan bagi sekitarnya.
4. Bagi pemilik kost, agar dapat menerapkan kebijakan yang mendorong mahasiswa melakukan penghematan listrik seperti dengan memasang meteran listrik.