

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh melalui pengolahan data *Pelatihan Self Efficacy* pada mahasiswa fakultas Psikologi UNJANI yang sedang mengerjakan skripsi dan memiliki derajat *self efficacy* rendah, diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Modul Pelatihan *Self Efficacy* dapat digunakan untuk meningkatkan derajat *self efficacy* mahasiswa fakultas Psikologi UNJANI yang sedang mengerjakan skripsi.
2. Berdasarkan evaluasi tahap reaksi, peserta pelatihan memberikan penilaian yang positif terhadap seluruh rangkaian pelatihan, baik dari sisi materi, pelaksanaan, *trainer* dan fasilitator.
3. Dari keseluruhan sesi yang diberikan pada kegiatan pelatihan, sesi benang kusut dan jarum adalah sesi yang dihayati dan dinilai paling menarik, dan paling bermanfaat. Sedangkan sesi Kenali diri untuk mengerjakan skripsi dihayati dan dinilai sebagai sesi yang paling tidak menarik dan paling tidak bermanfaat.

4. Sesi benang kusut dan jarum dihayati dan dinilai sebagai sesi yang paling menarik dan paling bermanfaat karena pada sesi ini sepenuhnya permainan dan peserta terlibat secara aktif. Selain itu sesi ini dinilai lebih aplikatif dan relevan dengan proses pengerjaan skripsi.
5. Sesi kenali diri untuk mengerjakan skripsi dihayati dan dinilai sebagai sesi yang paling tidak menarik dan paling tidak bermanfaat karena penyajian materi yang sifatnya teoritis dan lebih banyak ceramah.
6. Metode penyampaian materi menggunakan games dan video klip dinilai lebih menyenangkan dan mudah dipahami maknanya.
7. Berdasarkan evaluasi pada tahap learning, melalui hasil uji statistik dan perubahan jumlah peserta mengalami peningkatan pada derajat *self efficacy* secara keseluruhan maupun pada masing-masing aspek *self efficacy* sebelum dan setelah mengikuti pelatihan *self efficacy*.

## 5.2 Saran Penelitian

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, ada beberapa saran yang dapat diajukan, antara lain :

### 5.2.1 Saran Teoritis

Untuk peneliti yang berminat melakukan penelitian lebih lanjut disarankan :

1. Meneliti efektivitas pelatihan *self efficacy* training pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada fakultas atau jurusan lainnya.
2. Melakukan revisi pada metode penyajian materi di modul sesi 1 (Kenali skripsi untuk kerjakan skripsi). Sebaiknya penyajian materi tidak terlalu banyak didominasi oleh ceramah, namun diupayakan dikombinasikan dengan metode yang lain, diharapkan pengemasan dan penyajian materinya lebih banyak menggunakan metode permainan, simulasi ataupun diskusi dan sedikit metode ceramahnya.
3. Melakukan *post test* kurang lebih 1 bulan setelah pelatihan dengan tujuan agar peserta lebih menghayati perubahan yang terjadi setelah mengikuti pelatihan.
4. Melakukan penelitian dengan metode *time series* agar dapat diketahui efek pelatihan dalam jangka waktu tertentu.

### 5.2.2 Saran Praktis

1. Untuk pihak fakultas Psikologi UNJANI, modul pelatihan *Self Efficacy* ini dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk diberikan kepada mahasiswa yang akan mulai mengerjakan skripsi agar lebih siap dan lebih yakin diri untuk mengerjakan skripsi dengan cepat dan optimal.
2. Untuk mahasiswa fakultas Psikologi UNJANI yang sedang menyusun skripsi diharapkan mengikuti pelatihan *self efficacy* dan menerapkan hal-hal yang diperoleh selama mengikuti pelatihan *self efficacy* agar mendukung proses penyelesaian skripsinya.
3. Untuk praktisi pendidikan dan *trainer* dapat melakukan revisi dan uji coba kembali modul pelatihan *self efficacy* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di lokasi penelitian lain.