

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh melalui pengolahan data Pelatihan *Self-Efficacy* pada siswa kelas VII Unggulan SMP Negeri 'X' Bandung yang memiliki derajat *self-efficacy* rendah, diperoleh kesimpulan:

1. Modul pelatihan *Self-Efficacy* dapat meningkatkan derajat *self-efficacy* siswa kelas VII Unggulan yang memiliki derajat *self-efficacy* rendah di SMP Negeri 'X' Bandung. Artinya, keyakinan siswa akan kemampuan dirinya cenderung meningkat setelah mengikuti pelatihan ini.
2. Berdasarkan evaluasi umum, peserta memberikan penilaian yang bersifat positif secara kognitif dan juga afektif. Penilaian kognitif didukung dengan penghayatan secara afektif sehingga membantu tercapainya tujuan dalam setiap sesi yang diberikan.
3. Sesi *My Diary-Review* dinilai tidak menarik karena waktu pelaksanaan yang terlalu lama, selama 2(dua) minggu siswa harus menuliskan kegiatannya di sekolah dan format *diary* yang kurang jelas.
4. Sesi Melipat (*Action Plan*) dinilai paling menarik karena menggunakan metode permainan untuk menyampaikan tujuannya. Siswa juga merasa materi yang diberikan aplikatif dan mudah dipahami. Sesi *Who Am I?* dinilai sebagai

sesi yang paling bermanfaat karena siswa jadi bisa mengenali kekurangan dan kelebihan dirinya. Media Film yang digunakan sangat membantu pencapaian tujuan ini.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, ada beberapa saran yang dapat diajukan:

1. Sebaiknya waktu pelaksanaan untuk sesi *My Diary* dibuat lebih singkat dan bertahap, format tugas yang diberikan lebih bervariasi sehingga siswa tidak merasa bosan dan mau mengisi secara rinci.
2. Lokasi pelaksanaan kegiatan, ruangan dan jumlah peserta yang lebih banyak sehingga memberikan rasa nyaman, mempermudah penyampaian materi, membentuk iklim kompetisi dan memberi semangat kepada peserta, seperti pada sesi 3-*Set Your Goal*.
3. Untuk pihak sekolah SMP Negeri 'X' Bandung, modul pelatihan *Self-Efficacy* ini dapat menjadi bahan pertimbangan untuk diberikan kepada siswa yang memiliki derajat *self-efficacy* rendah sehingga dapat membantu mereka untuk lebih yakin dan siap dalam menghadapi kegiatan belajar sehari-hari di sekolah maupun ketika menghadapi ujian.

Dari kesimpulan dan saran yang diberikan diatas diharapkan modul pelatihan yang telah dirancang untuk siswa kelas VII Unggulan yang memiliki derajat *self-efficacy* yang rendah dapat memberikan manfaat yaitu meningkatkan derajat *self-efficacy* mereka dalam menghadapi kegiatan akademis, hingga akhirnya bisa membantu mereka mencapai prestasi yang optimal.