

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh melalui pengolahan data melalui pelatihan *My Commitment* dalam Mengikuti Kegiatan Perkuliahan, terdapat beberapa hal yang dapat menjadi kesimpulan:

- ✓ Pelatihan *My Commitment* dalam mengikuti Kegiatan Perkuliahan efektif dalam meningkatkan *perceived behavioral control* mahasiswa Fakultas Psikologi “X” yang memiliki IPK kurang dari 2,5. Artinya, peserta bertambah yakin dapat mengikuti perkuliahan secara teratur .
- ✓ Berdasarkan Evaluasi Umum, peserta memberikan penilaian secara kognitif maupun afektif. Penilaian secara kognitif didukung oleh penghayatan secara afektif sehingga dapat mendukung tercapainya tujuan pada setiap sesi.
- ✓ Di antara semua sesi, 43% peserta (tiga orang) menilai sesi Penentuan Tujuan sebagai sesi yang paling tidak menarik, 43% peserta (tiga orang) menilai sesi SWOT sebagai sesi paling menarik dan 57% peserta (empat orang) menilai sesi Rencana Tindakan sebagai sesi paling bermanfaat.
- ✓ Faktor internal yaitu faktor emosi dan faktor eksternal yaitu ketergantungan pada teman turut mempengaruhi kontrol peserta untuk menampilkan perilaku mengikuti kegiatan perkuliahan dengan teratur.

- ✓ Sebanyak 57% peserta (empat orang) menilai kegiatan tanya jawab antara *trainer* dengan peserta dalam sesi Penentuan Tujuan merupakan hal yang paling menarik. Namun materi dan metode yang disampaikan pada sesi ini dinilai bersifat teoretis dan kurangnya kesempatan untuk diskusi dengan sesama peserta. Selain itu peserta menilai *trainer* pun sebaiknya dapat menyampaikan materi dengan lebih menarik.
- ✓ Sesi SWOT menggunakan metode ceramah dan *role play* yang dinilai peserta sangat menarik baik dari segi materi maupun cara penyampaian *trainer*. Berdasarkan pembelajarannya, peserta memperoleh pembelajaran dalam area kognitif melalui ceramah yang disampaikan dan *experiential learning* melalui *role play*. Berdasarkan hasil evaluasi juga diketahui bahwa peserta lebih mudah untuk mengenali kekuatan (*strength*) dan kelemahan (*weakness*) dalam diri dibandingkan mengenali hambatan dan ancaman dari lingkungan.
- ✓ Sesi Rencana Tindakan merupakan sesi yang memaparkan keterkaitan antara dua sesi sebelumnya. Menurut peserta sesi ini juga dinilai bermanfaat, menarik dan dapat diterapkan dalam kegiatan sehari-hari.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, peneliti mengajukan beberapa saran yang dapat dilakukan:

- Untuk pemberian materi pada sesi Penentuan Tujuan sebaiknya tidak hanya diberikan melalui metode ceramah. Sebaiknya diberikankan metode lain seperti

demonstrasi, *case study*, *teaching group inquiry*, *read and discuss* dan *information search* (Siberman, 1990: 80) untuk menambah keterlibatan peserta selama pelatihan berlangsung.

- Untuk sesi SWOT, sebaiknya diberikan penekanan dalam pemberian materi mengenai *Opportunity* dan *Threat* berkaitan dengan hasil penelitian yang menunjukkan peserta lebih mengenali pemahaman mengenai diri sendiri (*strengths* dan *weakness*) dibandingkan dengan pemahaman mengenai lingkungannya.
- Untuk sesi Rencana Tindakan pada bagan rencana tindakan, peserta dapat diberikan waktu untuk diskusi kelompok sehingga dapat diberikan *feedback* pada rencana yang telah dibuat. Hal ini juga dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran pemahaman masing-masing peserta akan materi yang telah disampaikan.
- Untuk Fakultas Psikologi Universitas "X", modul pelatihan *My Commitment* dapat menjadi bahan pertimbangan untuk diberikan pada mahasiswa yang memiliki *perceived behavioral control* yang rendah dalam mengikuti kegiatan perkuliahan dengan teratur.
- Bagi penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai kontribusi faktor-faktor yang turut mempengaruhi *perceived behavioral control* mahasiswa seperti faktor emosi dan ketergantungan pada teman.

Dengan saran-saran yang telah disampaikan di atas, diharapkan rancangan program pelatihan yang telah disusun untuk mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2005 yang memiliki IPK di bawah 2,5 dapat memberikan manfaat yaitu meningkatkan keyakinan mahasiswa untuk dapat mengikuti kegiatan perkuliahan dengan teratur. Rancangan program pelatihan juga dapat digunakan di tempat lain disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan siswa sesuai dengan tingkat pendidikannya.