

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

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

1. Pelatihan *Self-Efficacy* dapat digunakan untuk meningkatkan derajat *self efficacy* mahasiswa fakultas Psikologi Universitas “X” yang sedang mengerjakan skripsi.
2. Terdapat perbedaan derajat *self-efficacy* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sesudah diberikan pelatihan *self-efficacy*.
3. Terdapat perbedaan derajat *self-efficacy* sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pada kelompok eksperimen.
4. Kelompok eksperimen yang memperoleh perlakuan berupa pelatihan *self - efficacy* memiliki derajat *self efficacy* yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak memperoleh pelatihan *self-efficacy*.
5. Setelah mengikuti pelatihan, derajat *self-efficacy* kelompok eksperimen meningkat.

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* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada jurusan lain.
2. Melakukan *post test* kurang lebih 1 bulan setelah pelatihan dengan tujuan agar peserta lebih menghayati perubahan yang terjadi setelah mengikuti pelatihan.
3. Melakukan penelitian dengan metode *time series* atau metode penelitian lainnya agar dapat diketahui efek pelatihan dalam jangka waktu tertentu.

5.2.2 Saran Praktis

1. Untuk pihak fakultas Psikologi Universitas “X”, modul pelatihan *Self- Efficacy* ini dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk diberikan kepada mahasiswa yang akan mulai mengerjakan skripsi sebagai bekal agar lebih siap dan lebih yakin diri untuk mengerjakan skripsi secara optimal.
2. Untuk mahasiswa fakultas Psikologi Universitas “X” 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 fakultas dan lokasi penelitian diluar daerah.