

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

- 50% Mahasiswa Magister Profesi Psikologi Universitas “X” di Kota Bandung memiliki derajat *self-reflection* yang tergolong TINGGI, dengan komposisi *need for self-reflection* TINGGI sebesar 68,8% dan *need for self-reflection* TINGGI – *engagement in self-reflection* TINGGI sebesar 37,5%. Artinya lebih dari separuh dari total populasi menganggap refleksi diri sebagai hal yang penting, tetapi hanya satu dari dua orang di antaranya yang melakukan usaha aktual dengan frekuensi dan intensitas yang tinggi dalam menginspeksi pikiran, perasaan, dan perbuatannya.
- 56,3% Mahasiswa Magister Profesi Psikologi Universitas “X” di Kota Bandung memiliki derajat *insight* yang tergolong SEDANG. Artinya, lebih dari separuh mahasiswa memiliki kejelasan pemahaman yang moderat tentang pikiran, perasaan, dan perbuatannya.
- *Engagement in self-reflection* ditemukan sebagai sub faktor dari *self-reflection* yang memiliki indikasi keterkaitan dengan *insight*.
- Derajat *self-reflection* dan *insight* pada mahasiswa yang berusia 30-an tahun relatif lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang berusia 20-an tahun (rata-rata SR mahasiswa 20-an tahun = 38,31 < rata-rata SR mahasiswa 30-an tahun = 42,00; rata-rata IN mahasiswa 20-an tahun = 22,62 < rata-rata SR mahasiswa 30-an tahun = 26,33).

- Ada indikasi pengaruh jenis kelamin terhadap *private self-consciousness*. Pada mahasiswa perempuan rata-rata derajat *self-reflection* secara signifikan lebih tinggi (rata-rata SR mahasiswa perempuan = 40,25 > rata-rata derajat SR mahasiswa laki-laki = 35,25), tetapi rata-rata derajat *insight*-nya sedikit lebih rendah dibandingkan mahasiswa laki-laki (rata-rata IN mahasiswa perempuan = 23,25 > rata-rata derajat IN mahasiswa laki-laki = 23,50). Perbedaan derajat kecemasan pada laki-laki dan perempuan diperkirakan menjadi salah satu faktor penyebab yang terkait dengan perbedaan jenis kelamin.
- Semakin tinggi Indeks Prestasi Akademik dan nilai mutu Mata Kuliah Konseling, semakin rendah derajat *self-reflection* dan *insight*-nya; kecuali pada mahasiswa dengan Indeks Prestasi Akademik di atas 3,50 dan nilai mutu Mata Kuliah Konseling “A” (tertinggi dalam populasi), yang mana justru derajat *self reflection* dan *insight*-nya lebih tinggi secara signifikan (rata-rata IN kelompok dengan IPK di atas 3,5 = 33,00; rata-rata IN kelompok dengan nilai Konseling “A” = 30,00 > rata-rata IN populasi = 23,31).
- Mahasiswa yang mengikuti *Self-exploration Program* sebanyak 4 sesi atau lebih memiliki rata-rata derajat *self-reflection* yang lebih tinggi secara signifikan dibandingkan mahasiswa yang lain (rata-rata kelompok = 45,00 > rata-rata populasi = 39,00). Namun, tidak ada perbedaan yang signifikan pada derajat *insight*.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoretis

Penelitian kali ini dilakukan pada populasi yang kecil demi memperoleh responden yang relatif homogen. Hal ini merupakan kelebihan, tetapi sekaligus menjadi kelemahan utama dalam pengolahan statistik hasil penelitian. Peneliti lain yang ingin mereplikasi penelitian ini sebaiknya memilih populasi yang jumlahnya lebih besar untuk meningkatkan kualitas data yang diolah secara statistik.

Penelitian selanjutnya dapat juga berupa studi korelasi atau kontribusi untuk memastikan indikasi-indikasi yang ditemukan dalam penelitian ini. Indikasi yang ditemukan dalam penelitian ini, antara lain, keterkaitan positif antara *engagement in self-reflection* dan *insight*; perbedaan derajat *self-reflection* dan *insight* antara laki-laki dan perempuan, yang mana *self-reflection* lebih tinggi secara signifikan pada perempuan, tetapi *insight* sedikit lebih tinggi pada laki-laki; serta keterkaitan positif antara *self-reflection* dan *insight* dengan usia dan dengan prestasi akademik pada predikat yang terbaik; dapat dijadikan sebagai landasan untuk melakukan penelitian lebih lanjut pada populasi akademisi, ilmuwan, maupun praktisi dalam bidang Psikologi.

5.2.2 Saran Praktis

Satu orang Mahasiswa Magister Profesi Psikologi Universitas “X” di Kota Bandung yang memiliki *self-reflection* dan satu orang mahasiswa yang berbeda *insight* yang rendah. Meskipun persentasenya kecil, kondisi ini layak

untuk menjadi perhatian pengurus fakultas dan dosen pengajar. Bila dirasa perlu, dapat diberikan sesi konseling tambahan bagi mahasiswa magister profesi psikologi yang dinilai masih memerlukan bantuan sebelum ia lulus dan terjun ke masyarakat sebagai seorang psikolog.

Jumlah sesi *Self-exploration Program* yang diikuti terindikasi memiliki kaitan positif dengan peningkatan derajat *self-reflection*, tetapi tidak berkaitan dengan derajat *insight*. Indikasi ini layak dijadikan salah satu bahan pertimbangan pengurus fakultas atau prodi untuk melakukan evaluasi yang lebih komprehensif terhadap efektivitas *Self-exploration Program*.

Sebanyak 31,3% Mahasiswa Magister Profesi Psikologi Universitas “X” di Kota Bandung memiliki *need for self-reflection* yang tergolong TINGGI, tetapi tidak diikuti *engagement in self-reflection* yang juga TINGGI. Hal ini sangat disayangkan karena dalam penelitian ini ditemukan indikasi bahwa ada keterkaitan yang positif antara *engagement in self-reflection* dan *insight*, tetapi tidak ada indikasi kaitan antara *need for self-reflection* dengan *insight*. Oleh karena itu, peneliti menyarankan mahasiswa yang menganggap bahwa refleksi diri merupakan hal yang penting untuk lebih sering melakukan usaha yang nyata dalam mengevaluasi pikiran, perasaan, dan perilaku diri sendiri. Diharapkan, derajat pemahaman diri pada Mahasiswa Magister Profesi Psikologi Universitas “X” dapat ditingkatkan.