BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dari data yang diperoleh dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa, pelatihan berpikir positif efektif untuk meningkatkan efikasi diri mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya. Mahasiswa yang mengikuti pelatihan berpikir positif mengalami peningkatan efikasi diri dibanding mahasiswa yang tidak mengikuti pelatihan berpikir positif.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dipaparkan, peneliti mengajukan saran sebagai berikut :

a.) Kepada subjek penelitian

Para peserta diharapkan dapat mengembangkan lebih lanjut materi yag sudah didapatkan dalam pelatihan dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari karena pelatihan ini dinilai efektif dalam meningkatkan efikasi diri akademik mahasiswa.

b.) Kepada peneliti selanjutnya

Penelitian tentang efikasi diri mahasiswa masih perlu dikembangkan lagi. Peneliti selanjutnya dapat melihat dan menggali dari faktor-faktor lain yang menyebabkan meningkatknya efikasi diri akademik mahasiswa.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Peneliti juga menyarankan kepada peneliti selanjutnya memasukkan evaluasi pelatihan yaitu evaluasi reaksi, *learning*, *behavioral* dan investasi. Selain itu juga dalam pemilihan sampel dilakukan random untuk memilih kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sehingga kedua kelompok menjadi setara dan kesimpulan yang dihasilkan menjadi lebih kuat. Kalau melakukan nonrandom tidak berdasarkan pada kesediaan atau ketidaksediaan untuk melakukan eksperimen.

Untuk peneliti selanjutnya juga disarankan dalam memberikan *post test* tidak diberikan langsung selesai pelatihan karena materi yang di dapatkan dalam pelatihan ini membutuhkan waktu dan proses pengendapan kognitif untuk mempraktekkan dalam kehidupan sehari-hari

Peneliti menyarankan agar dalam penelitian selanjutnya menggunakan subjek yang lebih banyak sesuai dengan kaidah-kaidah penelitian yang ada agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan. Selain itu peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat lebih ketat lagi dalam menyeleksi subjek sesuai dengan kriteria subjek yang telah ditetapkan.

c.) Kepada institusi

Penelitian ini dapat dijadikan altenatif intervensi untuk meningkatkan efikasi diri mahasiswa. Hal ini dikarenakan penelitian sini terbukti efektif untuk meningkatkan efikasi diri mahasiswa.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id