

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan data hasil penelitian yang telah di analisis dapat disimpulkan bahwa variabel *self-efficacy* rata-rata subjek berada pada kategori tinggi dengan persentase 51,7%. Kemudian pada variabel penyesuaian diri berada pada kategori tinggi 57,8%, dan sangat tinggi dengan persentase 37,4%. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa rata-rata subjek memiliki *self-efficacy* yang tinggi dan memiliki penyesuaian diri yang tinggi pula. Pada uji hipotesis, hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif sehingga dapat dikatakan bahwa hipotesis diterima. Artinya bahwa semakin tinggi *self-efficacy* semakin tinggi pula penyesuaian diri mahasiswa angkatan 2020 saat menghadapi perkuliahan tatap muka setelah mengikuti perkuliahan daring sebagai dampak dari adanya pandemi. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya untuk melakukan penyesuaian diri maka mahasiswa tersebut dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik. Begitu juga sebaliknya, ketika mahasiswa tidak memiliki keyakinan akan kemampuannya dalam melakukan penyesuaian diri, maka akan berdampak pada kurangnya kemampuan penyesuaian diri yang dimiliki. Adapun tingkat hubungan *self-efficacy* dengan penyesuaian diri dalam penelitian ini masuk pada kategori sedang.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan serta pembahasan yang telah dipaparkan, peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

1. Saran bagi subjek penelitian

Subjek penelitian dengan tingkat *self-efficacy* dan penyesuaian diri yang tinggi diharapkan dapat mempertahankan dan meningkatkan hal tersebut agar senantiasa dapat menghadapi tantangan-tantangan dan kondisi kehidupan yang dinamis. Sedangkan pada subjek dengan tingkat *self-efficacy* sedang, diharapkan mampu meningkatkan keyakinan yang ada didalam dirinya agar semakin memiliki kemudahan dalam proses penyesuaian diri.

2. Saran bagi peneliti selanjutnya

Penelitian yang telah dilakukan ini memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, diharapkan bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan topik serupa, mungkin dapat melakukan penelitian pada subjek yang tidak hanya kuliah saja tetapi juga mengikuti kegiatan diluar kuliah seperti mengikuti UKM, mengikuti organisasi mahasiswa baik diluar maupun di dalam kampus atau mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja. Selanjutnya sebaiknya pada kriteria subjek di buat lebih spesifik dengan memberikan batasan usia agar pembahasan yang dilakukan dapat lebih dalam lagi mencangkup perbedaan usia subjek.