

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah pelatihan berpikir positif memiliki pengaruh dalam meningkatkan efikasi diri akademik mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi UNM.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan penelitian, maka peneliti memberikan beberapa saran kepada beberapa pihak, yaitu:

1. Kepada subjek penelitian

Peneliti menyarankan kepada subjek penelitian dalam hal ini para mahasiswa untuk selalu berpikir positif dan menjauhi pikiran-pikiran negatif.

2. Kepada peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian tentang berpikir positif sebaiknya memerhatikan saran-saran berikut:

a. Peneliti selanjutnya yang menggunakan metode eksperimental sebaiknya memerlukan lebih banyak fasilitator yang dapat membantu dalam proses pelaksanaan penelitian.

b. Peneliti selanjutnya yang menggunakan metode eksperimental sebaiknya lebih banyak mengontrol variabel-variabel lain yang dapat memengaruhi

variabel terikat, misalnya kebisingan dan waktu pelaksanaan penelitian untuk semua kelompok penelitian.

- c. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan subjek penelitian pada tingkat pendidikan yang berbeda, misalnya siswa SD, SMP, maupun SMA.