

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis yang mana hasil tersebut sesuai dengan hipotesis peneliti sehingga hipotesis dapat di terima. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki siswa SMA di Kota Bengkulu, maka akan semakin tinggi kesejahteraan psikologis siswa SMA di kota Bengkulu. Sebaliknya semakin rendah efikasi diri yang dimiliki siswa SMA di Kota Bengkulu, maka akan semakin rendah kesejahteraan psikologis siswa SMA di kota Bengkulu.

Temuan penelitian mengindikasikan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dan efikasi diri, hubungan tersebut memiliki koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) sebesar 0,462 ( $p < 0,050$ ) dengan hasil koefisien (R) yang diperoleh sebesar 0,214 menunjukkan bahwa variabel efikasi diri memiliki kontribusi sebesar 21.4% terhadap variabel kesejahteraan psikologis.

Secara keseluruhan, penulis menyadari bahwa penelitian ini belum mencapai sempurna, adanya kelemahan dalam penelitian ini yaitu, peneliti tidak bisa bertemu langsung dengan seluruh responden yang menjadi subjek penelitian dikarenakan dengan keterbatasan waktu yang tersedia, terdapat juga

hal lain yaitu pada responden seperti, kurangnya instruksi yang jelas dalam mengisi kuesioner karena instruksi hanya ditulis sehingga peneliti tidak bisa menjelaskan secara langsung, walaupun secara keseluruhan instruksi yang diberikan sudah sangat jelas.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang dapat diberikan oleh peneliti yaitu:

### 1. Bagi mahasiswa

Bagi mahasiswa, penelitian ini dapat dijadikan sebagai pengetahuan bahwa efikasi diri merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Siswa yang telah memiliki kepribadian efikasi diri dan kesejahteraan diri yang tinggi diharapkan mampu mempertahankan atau meningkatkan. Kemudian harapannya dapat menaikkan efikasi diri dan kesejahteraan psikologis yang masih rendah.

### 2. Bagi penelitian selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya yang ingin meneliti mengenai efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis, dapat memperlihatkan faktor-faktor lainnya yang dapat mempengaruhi hasil penelitian serta dapat juga mengembangkan skala yang digunakan sehingga dapat lebih baik lagi.