

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian analisis data menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* mengenai hubungan antara *self efficacy* dengan komunikasi asertif pada mahasiswa Psikologi diperoleh hasil terdapat hubungan positif dan sangat signifikan, semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi komunikasi asertif dan semakin rendah *self efficacy* maka semakin rendah komunikasi asertif, yang artinya hipotesis diterima.

#### B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa saran yang dapat peneliti berikan berkaitan dengan proses dan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. Adapun saran – saran tersebut antara lain:

1. Mahasiswa

Mahasiswa yang merasa *self efficacy* dalam dirinya rendah dapat ditingkatkan dengan cara berpikir positif yang dapat meningkatkan kepercayaan diri. Melakukan *self talk* yang bermanfaat untuk mengatasi situasi sulit yang tidak bisa terkontrol seperti keadaan gugup ketika melakukan presentasi didepan umum, cukup dengan memberi energi optimis pada diri dengan mengatakan bahwa saya mampu melewati ini.

2. Tenaga Pengajar atau Dosen

Disarankan untuk dapat memberi dukungan yang positif berupa pujian atau motivasi yang diberikan kepada mahasiswa sehingga meningkatkan *self efficacy* yang telah dimiliki oleh mahasiswa,.

3. Orang Tua

Menerapkan pola asuh demokratis, hal ini bersifat positif karena anak menjadi belajar bertanggung jawab, menerima konsekuensi, namun tetap pada batasan norma-norma.

4. Peneliti lain

Disarankan bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian dengan topik yang sama, peneliti menyarankan untuk menambah variabel lain yang kemungkinan akan memiliki pengaruh dengan komunikasi asertif, seperti berpikir positif, *self confidence*, *self concept*, atau dapat juga membandingkan mahasiswa KKNi dengan yang lain.