

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tingkat perkembangan *self efficacy* pada siswa MA Al-Ikhlas Kota Jambi secara keseluruhan berada pada kategori “**Tinggi**”, dengan persentase capaian rata-rata sebesar 74%. Tingginya tingkat *Self-Efficacy* ini mencerminkan keyakinan siswa terhadap kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas dan mencapai keberhasilan akademik. Hasil penelitian berdasarkan masing-masing indikator adalah sebagai berikut:

1. Tingkat perkembangan *self-efficacy* siswa berdasarkan faktor pengalaman keberhasilan dalam proses belajar berada pada kategori "Tinggi" dengan persentase rata-rata 73%.
2. Tingkat perkembangan *self-efficacy* siswa berdasarkan faktor dorongan belajar melalui perbandingan prestasi akademik berada pada kategori "Tinggi" dengan persentase rata-rata 76,13%.
3. Tingkat perkembangan *self-efficacy* siswa berdasarkan faktor dukungan verbal dalam proses belajar berada pada kategori "Tinggi" dengan persentase rata-rata 76,31%.
4. Tingkat perkembangan *self-efficacy* siswa berdasarkan faktor kondisi emosional dalam belajar berada pada kategori "Tinggi" dengan persentase rata-rata 68,79%.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan tersebut, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah

Pihak sekolah diharapkan dapat lebih memperhatikan kondisi emosional siswa, terutama dalam membantu mereka mengelola stres akademik. sekolah perlu berkolaborasi dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) untuk memberikan layanan seperti bimbingan kelompok atau konseling individual guna memperkuat efikasi diri siswa.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan menjadi referensi bagi peneliti lain yang tertarik untuk mengembangkan kajian tentang *Self-Efficacy*. Peneliti selanjutnya dapat menggali aspek lain, seperti dampak lingkungan sosial atau peran teknologi dalam mendukung efikasi diri siswa.

C. Implikasi Penelitian bagi Bimbingan dan Konseling

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa tingkat Efikasi diri (*Self Efficacy*) pada siswa MA AL-Ikhlas Kota Jambi berada pada kategori Tinggi, namun setiap siswa tetap berpeluang untuk mengalami efikasi diri atau keyakinan diri pada kategori yang Rendah.

Hasil penelitian ini memberikan gambaran penting bagi layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah. Tingkat *Self-Efficacy* siswa yang tinggi menunjukkan bahwa program BK dapat memanfaatkan temuan ini untuk

memperkuat keyakinan diri siswa. Guru BK dapat mengembangkan layanan seperti terapi relaksasi, pelatihan keterampilan belajar, atau manajemen waktu guna membantu siswa mengatasi tekanan akademik dan meningkatkan efikasi diri mereka.

Selain itu, layanan konseling yang terstruktur dapat mendukung siswa dengan gejala stres akademik lebih berat, seperti menggunakan teknik coping stress atau terapi berbasis psikologis lainnya. Guru BK juga dapat melibatkan orang tua melalui program parenting atau sesi konseling keluarga untuk mendukung perkembangan efikasi diri siswa secara holistik. Dengan demikian, layanan BK dapat berperan lebih proaktif dalam meningkatkan kesejahteraan emosional siswa dan memaksimalkan potensi akademik mereka.