

## BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan hasil penelitian pada bab sebelumnya, dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. Karyawan PT. Industri Telekomunikasi Indonesia (Persero) memiliki tingkat *self-efficacy* dalam kategori sedang. Hal ini berarti karyawan memiliki cukup keyakinan terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan perusahaan untuk berhasil.
2. Pada dimensi-dimensi *self-efficacy*, karyawan PT. Industri Telekomunikasi Indonesia (Persero) memiliki kategori sedang, baik pada dimensi level, strength maupun generality. Hal ini menunjukkan bahwa karyawan memiliki keyakinan yang cukup terhadap kemampuannya dalam menentukan tingkat kesulitan tugas atau masalah yang dihadapi (*level*), cukup yakin dalam kemampuannya untuk dapat mengatasi kesulitan dan masalah dalam pekerjaannya (*strength*), dan cukup yakin akan kemampuannya dalam menggeneralisasikan tugas dan pengalaman yang telah dia dapatkan dalam bekerja.
3. Sebagian besar karyawan PT. Industri Telekomunikasi Indonesia (Persero) cenderung memilih *problem focused coping* dalam menyelesaikan hal yang dianggap menekan atau mengancam dirinya.

4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat *self-efficacy* dengan *problem focused coping* maupun dengan *emotion focused coping*.

## B. Rekomendasi

Berikut ini adalah beberapa saran atau masukan sebagai bahan pertimbangan dan tindak lanjut dari penelitian ini, bagi lembaga yang bersangkutan dan peneliti selanjutnya: .

1. Rekomendasi bagi PT. Industri Telekomunikasi Indonesia (Persero)
  - a. Mempertahankan dan meningkatkan tingkat *self-efficacy* karyawan dengan memperhatikan sumber-sumber *self-efficacy*
  - b. Memberikan pelatihan yang sesuai dan dapat diterapkan dalam pekerjaan mereka sesungguhnya. Hal ini akan menambah tingkat *self-efficacy* karyawan sesuai dengan dimensi generalisasi karyawan akan mampu menggeneralisasikan tugas dan pengalaman sebelumnya, dan berhubungan dengan sumber *self-efficacy* yaitu pengalaman penguasaan (*mastery experience*). Dengan pengetahuan dan pengalaman yang cukup karyawan juga akan mampu mengatasi masalah dengan menggunakan *problem focused coping*.
  - c. Mengadakan program olahraga atau rekreasi yang teratur, diharapkan dengan olahraga dan rekreasi dapat meningkatkan kesehatan fisik dan psikologis yang akan meningkatkan keyakinan akan kemampuan diri mereka. Selain meningkatkan *self-efficacy* olahraga dan rekreasi juga bisa menurunkan derajat stres.

## 2. Rekomendasi bagi peneliti selanjutnya

Dalam penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan. Perlu dilakukan beberapa hal yang bisa membantu mendapatkan hasil yang optimal diantaranya adalah sebagai berikut;

- a. Eliminasi variabel intervening dalam penelitian ini
- b. Kembangkan instrumen penelitian yang sesuai dengan konteks penelitian. Contoh: Instrumen dalam setting industri dan organisasi hanya untuk digunakan dalam setting industri dan organisasi, bukan untuk setting pendidikan atau sosial.
- c. Hindari membuat instrumen yang bersifat general atau umum, sebaiknya instrumen dibuat khusus untuk tiap profesi yang akan diteliti.
- d. Menambah jumlah sampel agar hasil penelitian bisa digeneralisasikan