

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di MAN 3 Hulu Sungai Tengah, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu:

1. Tingkat *self efficacy* dengan subjek 78 responden di MAN 3 Hulu Sungai Tengah berada pada kategori sedang dengan 56 responden (71,8%). Secara keseluruhan subjek di dominasi oleh dimensi, yaitu *accurate self appraisal* (penilaian diri yang akurat) dan *goal selection* (pemilihan tujuan).
2. Tingkat adaptasi karier dengan dengan subjek 78 responden di MAN 3 Hulu Sungai Tengah berada pada kategori sedang dengan 49 responden (62,8%) memiliki tingkat adaptasi karier dalam kategori sedang. Secara keseluruhan subjek di dominasi oleh dimensi yaitu *career conviction* (keyakinan karier).
3. Hasil analisis uji kolerasi product moment antara *self efficacy* dengan adaptasi karier, diketahui nilai $r = 0,712$ menunjukkan hubungan yang positif dan kuat. Nilai $p = 0,000$ yang lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa hubungan ini signifikan. Maka H_a diterima dan diketahui bahwa ada hubungan *self efficacy* dengan adaptasi karier di MAN 3 Hulu Sungai Tengah.

B. Saran

Dari temuan penelitian ini, maka ada beberapa saran yang bisa diajukan oleh peneliti yaitu:

1. Bagi sekolah dapat meningkatkan *self efficacy* dan adaptasi karier peserta didik, terutama peserta didik tingkat akhir, untuk mempersiapkan mereka dalam menghadapi karier setelah lulus sekolah.
2. Bagi peserta didik diharapkan lebih mengenali potensi diri, mencari informasi tentang pilihan karier, dan mulai merencanakan masa depan dengan langkah yang lebih terarah. Peserta didik juga perlu memanfaatkan fasilitas seperti layanan bimbingan dan konseling di sekolah serta mengikuti kegiatan yang dapat membantu untuk mengembangkan kemampuan menghadapi tantangan karier di masa mendatang.
3. Bagi peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk meneliti hubungan *self efficacy* dengan adaptasi karier dengan variabel lain, seperti motivasi, dukungan sosial, dan pengambilan keputusan, dan lain sebagainya.