BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh *Self-efficacy* terhadap *work readiness* yang dimoderasi oleh *body image* pada mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat *Self-efficacy* mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin secara umum berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 70 orang (55,6%), diikuti kategori tinggi sebanyak 55 orang (43,7%) dan kategori rendah sebanyak 1 orang (0,8%). Aspek yang paling dominan dalam membentuk *Self-efficacy* adalah aspek *strength* (kekuatan) dengan kontribusi sebesar 34% yang menunjukkan bahwa keteguhan keyakinan mahasiswa dalam mengerjakan tugas yang bervariasi merupakan komponen paling berperan dalam membentuk *Self-efficacy* secara keseluruhan.
2. Tingkat *work readiness* mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin mayoritas berada pada kategori tinggi sebanyak 64 orang (50,8%) dan kategori sedang sebanyak 62 orang (49,2%) serta tidak terdapat satu pun responden yang berada pada kategori rendah (0%). Aspek yang paling dominan dalam membentuk *work readiness* adalah aspek *communication* dengan kontribusi sebesar 28% yang mengindikasikan

bahwa kemampuan berkomunikasi secara efektif merupakan kompetensi yang paling berkembang di antara mahasiswa dalam mempersiapkan diri memasuki dunia kerja.

3. Tingkat *body image* mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin sebagian besar berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 63 orang (50,0%) diikuti kategori sedang sebanyak 62 orang (49,2%) dan kategori rendah sebanyak 1 orang (0,8%). Aspek yang paling dominan dalam membentuk *body image* adalah aspek *appearance orientation* dengan kontribusi sebesar 43% yang menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kesadaran dan perhatian yang tinggi terhadap pengelolaan penampilan fisik dirinya.
4. Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa *Self-efficacy* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *work readiness* mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 (< 0,05) dan koefisien regresi sebesar 1,224 serta nilai determinasi (R^2) sebesar 0,411 yang berarti bahwa 41,1% variasi *work readiness* dapat dijelaskan oleh variabel *Self-efficacy*. Dengan demikian hipotesis pertama (Ha1) diterima.
5. Berdasarkan hasil uji *Moderated Regression Analysis* (MRA) diperoleh nilai signifikansi interaksi antara *Self-efficacy* dan *body image* sebesar 0,328 (> 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa *body image* tidak berperan sebagai variabel moderator dalam hubungan antara *Self-efficacy* dan *work readiness* mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Antasari

Banjarmasin. Melalui analisis kategorisasi jenis moderasi *body image* diidentifikasi sebagai homologiser moderation yakni variabel yang tidak berfungsi baik sebagai prediktor langsung maupun sebagai pemoderasi yang sesungguhnya dalam model penelitian ini. Dengan demikian hipotesis kedua (Ha2) ditolak.

B. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi pihak Program Studi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin disarankan untuk merancang program intervensi psikologis yang secara khusus ditujukan untuk memperkuat *Self-efficacy* mahasiswa, baik dalam ranah umum maupun ranah akademik. Studi Umara et al., (2024) menunjukkan bahwa keyakinan diri mahasiswa dalam ranah akademik turut memediasi hubungan antara prestasi akademik dan kesiapan menghadapi tuntutan profesional, sementara Sholikah et al., (2021) menemukan bahwa *Self-efficacy* merupakan prediktor *career readiness* yang lebih kuat dibandingkan prestasi akademik semata. Berdasarkan temuan tersebut, penguatan efikasi akademik melalui bimbingan skripsi yang suportif, umpan balik konstruktif dari dosen, serta pengalaman keberhasilan akademik yang terstruktur dapat menjadi salah satu strategi pelengkap dalam mempersiapkan kesiapan kerja mahasiswa. Upaya penguatan ini dapat diwujudkan melalui optimalisasi pelaksanaan Kuliah Kerja Lapangan (KKL) sebagai wahana pembentukan pengalaman penguasaan *(mastery*

experience) mengingat tingginya *work readiness* mahasiswa dalam penelitian ini (50,8% kategori tinggi, tanpa satu pun pada kategori rendah) sejalan dengan temuan Yuliyanto et al., (2024) bahwa praktik lapangan dan Self-efficacy saling bersinergi meningkatkan kesiapan kerja. Program tersebut disarankan dilengkapi dengan pembekalan tambahan yang lebih spesifik, seperti pelatihan simulasi wawancara kerja, penyusunan *curriculum vitae,* dan *personal branding*, serta program mentoring karir berbasis kompetensi yang terintegrasi dalam kurikulum, sehingga mahasiswa semakin siap secara psikologis maupun praktis dalam memasuki dunia kerja.

2. Bagi mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin disarankan untuk secara proaktif mengembangkan keyakinan terhadap kemampuan diri melalui keterlibatan aktif dalam kegiatan praktik lapangan maupun organisasi kemahasiswaan yang relevan dengan tuntutan pasar kerja kontemporer, sehingga kesiapan kerja dapat terus ditingkatkan secara optimal. Secara khusus bagi mahasiswa yang termasuk dalam kategori *body image* negatif maupun *work readiness* sedang, disarankan untuk turut memanfaatkan layanan pendampingan karier yang telah disediakan kampus melalui UPKK (Unit Pelaksana Teknis Pengembangan Kewirausahaan dan Karier), seperti Tes Peta Potensi Diri dan Konseling Karier, Kios Bakat dan Minat Mahasiswa, maupun sesi simulasi wawancara kerja *(walk-in interview)*. Pemanfaatan layanan tersebut dapat membantu mahasiswa memperoleh umpan balik yang lebih objektif mengenai kompetensi dan

potensi dirinya, sehingga *Self-efficacy* yang terbentuk tidak hanya bersumber dari persepsi pribadi, tetapi juga dari evaluasi pihak yang kompeten, yang pada akhirnya turut mendukung kesiapan kerja secara lebih menyeluruh.

3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan mempertimbangkan variabel-variabel lain yang berpotensi lebih relevan sebagai moderator atau mediator dalam hubungan *Self-efficacy* dan *work readiness* seperti *self perception*, kematangan karir, dukungan sosial, regulasi diri maupun efikasi karir. Peneliti selanjutnya juga disarankan menggunakan teknik pengambilan sampel yang lebih proporsional antar angkatan, misalnya melalui *stratified random sampling*, guna mengurangi bias representasi populasi yang muncul akibat dominasi satu angkatan tertentu. Desain penelitian yang lebih komprehensif dengan cakupan populasi yang lebih luas juga direkomendasikan guna meningkatkan generalisabilitas temuan. Selain itu, pengumpulan data sebaiknya tidak hanya mengandalkan kuesioner daring, tetapi juga mempertimbangkan metode pengisian secara langsung atau kombinasi dengan wawancara, sehingga peneliti dapat mengawasi proses pengisian dan mengurangi potensi *social desirability* bias. Selain itu pendekatan *mixed methods* turut disarankan agar dimensi kualitatif dari pengalaman psikologis mahasiswa dalam transisi menuju dunia kerja dapat dipahami secara lebih holistik dan mendalam.