

BAB V

PENUTUP

4.1 Kesimpulan

Berdasarkan pada penelitian yang penulis lakukan kepada para informan yang mengalami kecemasan komunikasi pada sidang skripsi penulis dapat menyimpulkan gambaran dari kecemasan komunikasi dalam sidang skripsi dilihat berdasarkan tipe kecemasan menurut McCroskey, setiap individu yang berada dalam kondisi sidang skripsi sudah tentu mengalami kecemasan komunikasi. Rasa cemas tersebut juga dipengaruhi oleh sifat atau trait yang dibawa sejak kecil, sehingga rasa cemas tersebut berlanjut hingga dewasa dan menjadi hal yang sering terjadi pada diri informan.

Dalam penelitian ini, saat berbicara di hadapan orang lain sudah pasti membentuk rasa cemas di dalam diri komunikator akan tetapi kecemasan komunikasi tersebut biasanya muncul lebih parah ketika informan dihadapkan pada situasi tertentu. Situasi tertentu tersebut diukur dalam sidang skripsi. Informan merasa pada saat sidang skripsi mereka dituntut untuk menjawab pertanyaan dari dosen penguji dengan baik dan benar, mereka juga sulit untuk berkonsentrasi karena ia harus menjadi pusat perhatian di saat kondisi mereka tidak mampu berkonsentrasi dengan baik dikarenakan kecemasan yang muncul. Kata-kata yang sudah muncul di dalam pikirannya menjadi sulit untuk diungkapkan.

Adapun pada kecemasan yang terjadi pada sidang skripsi berupa faktor *Degree Of Evaluation* yang menunjukkan perasaan saat dievaluasi menyebabkan rasa cemas, adanya faktor merasa dinilai orang lain dapat meningkatkan rasa cemas dan menimbulkan perasaan takut dalam diri informan. Adapun dalam situasi sidang skripsi kecemasan tersebut ditandai dengan munculnya perilaku motorik dan aspek somantik. Perilaku motorik merupakan tanda yang muncul pada diri individu berupa gemetar, badan bergerak terlalu berlebihan. Aspek Somantik ditandai dengan kecemasan yang terlalu berlebihan dan akan menimbulkan reaksi seperti penyakit.

Suasana sidang skripsi juga berpengaruh pada kecemasan komunikasi. Suasana sidang yang tidak ramai dan tenang dapat menurunkan sedikit rasa cemas jika tidak banyaknya orang yang menonton sidang skripsi.

4.2 Saran

Adapun saran yang dapat penulis berikan dari penelitian ini yang sekiranya dapat bermanfaat bagi beberapa pihak kedepannya, antara lain:

1. Dalam menghadapi proses tugas akhir diharapkan mahasiswa untuk membiasakan diri membaca isi dari hasil penelitian guna menghindari gugup dalam berbicara agar lebih yakin dan percaya diri dengan apa yang akan disampaikan
2. Sebelum sidang skripsi, sebaiknya hindari untuk berpikiran negatif, utamakan fokus pada materi yang akan disampaikan
3. Mahasiswa diharapkan mengenali *audience* terlebih dahulu, dengan mengenali, mahasiswa dapat menjadi lebih percaya diri untuk menyampaikan isi penelitiannya
4. Sebelum sidang skripsi diharapkan mahasiswa makan, olahraga dan beristirahat yang cukup, jika kondisi badan menurun maka dapat dipastikan konsentrasi akan menurun dan penyampaian isi dari penelitian menjadi tidak efektif
5. Peneliti lain yang tertarik untuk melakukan penelitian yang serupa, disarankan dapat menggunakan faktor-faktor terkait dengan hal yang mempengaruhi kecemasan komunikasi dalam sidang skripsi terutama dalam pendekatan studi kasus guna meneliti lebih dalam. Dengan demikian memperbanyak kajian kecemasan komunikasi, terutama kecemasan komunikasi yang dialami dalam sidang skripsi.