

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil Uji Korelasi yang dilakukan menggunakan *Spearman's Rho* diketahui bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan dengan *self efficacy*.
2. Kategori subjek penelitian pada variable kecemasan berada pada kategori rendah.
3. Kategori subjek penelitian pada variable *self efficacy* berada pada kategori tinggi.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

1. Untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan faktor-faktor lain selain *self efficacy* seperti dukungan sosial, konsep diri, dan lainnya.
2. Untuk peneliti selanjutnya disarankan melakukan penggalan tentang frekuensi melakukan presentasi di depan kelas untuk mengetahui pengalaman individu dalam berbicara didepan kelas, karena dalam *self efficacy* salah satu hal yang mempengaruhi terbentuknya efikasi diri pada seseorang adalah pengalaman.
3. Untuk peneliti selanjutnya disarankan lebih diperhatikan saat melakukan survey dan wawancara dalam menentukan subjek penelitian supaya mendapatkan subjek yang tepat untuk dijadikan subjek penelitian.

5.2.2 Saran Teoritis

1. Mahasiswa diharapkan untuk sering berlatih berbicara di depan kelas sehingga dapat meningkatkan performa mahasiswa saat melakukan presentasi.
2. Mahasiswa diharapkan memperbanyak pengalaman dan memanfaatkan setiap kesempatan berbicara didepan kelas karena dengan adanya pengalaman dapat membantu mengurangi kecemasan yang ada dalam diri individu.
3. Mahasiswa diharapkan dapat mengubah rasa cemas yang ada didalam dirinya menjadi keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki sehingga mampu untuk mengatasi keadaan mengancam atau kesulitan seperti saat melakukan presentasi didepan kelas.

