

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai “Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan pada siswa dalam menghadapi UAS di SMK Kesehatan FAHD Islamic School”. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa hipotesis ( $H_A$ ) diterima atau dapat diambil kesimpulan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi ujian. Semakin tinggi tingkat efikasi diri siswa, maka tingkat kecemasan menghadapi ujian pada siswa rendah. Begitu pun sebaliknya jika tingkat efikasi diri siswa rendah, maka semakin tinggi tingkat kecemasan menghadapi ujian pada siswa.

#### **5.2 Saran**

Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini diantaranya adalah:

##### **5.2.1 Saran Praktis**

1. Siswa, untuk para siswa diharapkan untuk lebih meningkatkan keyakinan diri lagi pada kemampuan yang dimilikinya agar mengurangi rasa kecemasan yang dirasakan dalam menghadapi ujian.
2. Kepada guru atau pihak sekolah, diharapkan mengadakan kegiatan sosialisasi untuk mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian sehingga dapat meminimalisir kecemasan yang dirasakan oleh siswa dalam menghadapi ujian. Serta memberikan edukasi terkait dengan peningkatan keyakinan diri ataupun lebih sering diadakannya kegiatan cerdas-cermat untuk melatih keyakinan diri siswa terhadap kemampuan akan potensi-potensi yang ada di dirinya sehingga dalam menghadapi ujian mereka merasa yakin.

3. Bagi para orang tua, diharapkan agar lebih memberikan perhatian serta bimbingan kepada anaknya saat menghadapi ujian. Sehingga dapat mengurangi kecemasan pada siswa dalam menghadapi ujian serta memberikan dukungan kepada kemampuannya agar anaknya memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan yang dimilikinya.

#### 5.2.2 Saran Teoritis

1. Bagi peneliti lain yang ingin meneliti kecemasan menghadapi ujian, dapat memperhatikan faktor lain yang mempengaruhi kecemasan menghadapi ujian, serta lebih memperhatikan teori yang akan dipakai sebagai bahan acuan dan digunakan sebagai alat ukur, dan mencari teori-teori lain sebagai bahan referensi.
2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan penelitian secara berkala selama 7 hari sebelum ujian dilaksanakan, untuk melihat di hari keberapa tingkat kecemasan siswa meningkat. ataupun penelitian dilakukan sebelum dan setelah ujian dilaksanakan untuk melihat perbedaan tingkat kecemasan siswa.