

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan diuraikan kesimpulan, dan saran-saran sehubungan dengan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. Pada bagian pertama akan dijabarkan kesimpulan dari penelitian yang dilanjutkan dengan saran- saran, baik yang bersifat praktis maupun saran bagi peneliti lainnya.

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat dibuat beberapa kesimpulan, yaitu:

1. Ada hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Bhayangkara. Hal ini mengandung pengertian semakin tinggi *self-efficacy* seorang mahasiswa maka semakin rendah tingkat kecemasan mereka dalam berbicara di depan umum.
2. Tingkat *self-efficacy* mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi berada pada taraf sedang.
3. Tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Bhayangkara dalam taraf tinggi.
4. Mahasiswa semester satu memiliki tingkat kecemasan paling tinggi dari semester tiga, lima dan tujuh.

#### 5.2. Saran

Dari hasil penelitian yang dilakukan maka peneliti akan memberikan saran- saran bagi peneliti selanjutnya. Adapun saran-saran tersebut adalah:

##### 5.2.1. Saran Bagi Penelitian Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya yang ingin membuat penelitian yang sejenis, maka disarankan agar:

1. Lebih memperbanyak jumlah aitem kuesioner agar tidak banyak aitem yang terbuang saat melakukan uji validitas.
2. Memberikan alat ukur kecemasan pada saat mahasiswa ingin berbicara di depan umum.

3. Menambahkan variabel prediktor lain seperti *self-regulated*, *self-esteem*, atau meneliti mengenai pengaruh *self-efficacy* dengan kecemasan.

### 5.2.2. Saran Praktis

Berdasarkan kesimpulan di atas adapun yang disarankan adalah:

1. *Self-efficacy* memiliki pengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Para mahasiswa diharapkan bisa lebih menghargai diri dan yakin akan kemampuan yang dimiliki agar dapat mengurangi tingkat kecemasan saat harus berbicara di depan umum.
2. Bagi para mahasiswa yang akan melakukan presentasi di depan kelas, diharapkan agar berlatih terlebih dahulu sebelum tampil guna membiasakan diri berbicara di depan umum dan mengurangi kecemasan.
3. Dukungan yang diberikan orang lain terhadap keberhasilan individu dalam menghadapi tantangan dapat meningkatkan *self-efficacy* individu tersebut. Dukungan yang baik dari pihak keluarga maupun tenaga pengajar sangat dibutuhkan oleh mahasiswa guna meningkatkan *self-efficacy*-nya.
4. Untuk meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa, pihak kampus disarankan untuk lebih sering mengadakan kegiatan yang mengharuskan mahasiswanya berbicara di depan umum, seperti *stand-up comedy*.