

BAB V

PENUTUPAN

5.1 Kesimpulan

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

1. Tidak ada hubungan antara *self-efficacy* dengan kecemasan menghadapi kuliah daring pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas X.
2. Besar skor korelasi yang di dapatkan pada penelitian ini yang berjudul hubungan antara *self-efficacy* dengan kecemasan pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas X adalah sebesar -0,064.

5.2 Sasaran

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, terdapat beberapa saran dari peneliti terkait pada proses dan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. Saran terbagi menjadi dua, yaitu saran teoritis dan saran praktis.

1. Saran Teoritis

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti menggunakan topik serupa, dapat menggunakan teori atau faktor lainnya selain faktor kognitif dan emosional, faktor biologis, faktor sosial lingkungan, dan faktor *behavioral* untuk meneliti yang tidak digunakan dalam penelitian ini seperti jenis kelamin, usia, serta fakultas.

2. Saran Praktis

Mahasiswa yang menghadapi kuliah daring diharapkan untuk ke depannya agar lebih dapat meyakinkan dirinya dan mengelola kecemasan dengan baik, seperti memiliki pengelolaan waktu yang lebih efisien sehingga mampu menghadapi perkuliahan secara daring melalui aplikasi yang digunakan menjadi lebih efektif dan menentukan prioritas tugas mana yang lebih dahulu untuk dikerjakan.

3. Subjek yang diambil seharusnya termasuk ke dalam salah satu indikator cemas.

4. Penelitian selanjutnya diharapkan memiliki korelasi antara variabel bebas dengan variabel terikat. Waktu dan pengambilan data pada penelitian seharusnya tidak dilakukan dengan jarak yang terlalu jauh, karena akan berpengaruh pada hasil penelitian.

Sampel penelitian seharusnya diambil pada mahasiswa semester awal, yang tentunya sedang melakukan perkuliahan secara daring

