

BAB 6

PENUTUP

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi ulangan pada siswa SMA, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan menghadapi ulangan pada siswa SMA, begitu pula sebaliknya. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dapat diterima.

6.2. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti laksanakan, maka saran yang dapat peneliti berikan adalah :

6.2.1. Bagi siswa

Hasil penelitian pada variabel kepercayaan diri tergolong sedang, hal ini perlu ditingkatkan sehingga siswa dapat mengoptimalkan segala sesuatu yang berkaitan dalam hal belajar. Dengan adanya kepercayaan diri yang optimal maka diharapkan dapat membantu siswa dalam mengatasi perasaan cemas atau tertekan dalam menghadapi ulangan.

6.2.2. Bagi guru

Pada sistim pembelajaran yang sudah berjalan dirasa sudah baik, akan tetapi perlu diadakannya kuis atau tes tanpa adanya perencanaan (tanpa diketahui oleh siswa) yang diadakan beberapa minggu sekali, sehingga siswa termotivasi untuk belajar pada malam harinya.

6.2.3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat mempelajari lebih dalam berkaitan dengan variabel yang akan diteliti, khususnya yang berkaitan dalam kecemasan menghadapi ulangan. Apabila berminat untuk melakukan penelitian serupa dapat menguji faktor-faktor kecemasan lainnya (seperti dukungan sosial, proses *modeling*, faktor individu dan faktor lingkungan) untuk mempermudah dalam penelitian. Hal tersebut untuk menghindari ketidak-konsistenan teori yang akan digunakan dalam penelitian.

