

## BAB 6

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, bahwa hipotesis diterima dengan sumbangan efektif sebesar 55,05% dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. Semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa, begitu pula sebaliknya.

#### 6.2. Saran

##### 1. Bagi Mahasiswa

Hendaknya mahasiswa meningkatkan efikasi diri yang dimiliki yang dapat dilakukan dengan memiliki keyakinan akan kemampuan dalam menghadapi berbagai situasi yang akan terjadi (dimensi *generality*), serta memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuannya akan mendorong dirinya bertahan dalam usahanya (dimensi *strength*) sehingga dapat menekan kecemasan dalam berkomunikasi. Hal tersebut dapat menjadikan mahasiswa memiliki komunikasi yang baik pada orang lain yang penting untuk masa depan.

##### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperhatikan kelemahan yang terjadi agar penelitian menjadi lebih baik. Kemudian yang dapat dilakukan oleh peneliti selanjutnya adalah dapat menggunakan faktor-

faktor lain yang dapat mempengaruhi kecemasan berbicara yang mungkin masih jarang diteliti seperti faktor *modelling*, *reinforcement*, pengalaman negatif pada masa lalu serta kehidupan dan kebiasaan sehari-hari. Selain itu apabila menyebarkan skala bersamaan dengan liburunya perkuliahan, peneliti harus lebih aktif untuk menghubungi subjek secara personal dengan lebih giat daripada hanya mengandalkan disebarakan melalui group kelas maupun group kepanitiaan.

