

BAB VI

PENUTUP

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa rantau dari luar Jawa di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial. Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi, maka akan memiliki kecemasan sosial yang rendah, begitu pula dengan sebaliknya. Jadi kepercayaan diri mempengaruhi kecemasan sosial sebesar 52,8529%.

6.2. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan saran :

6.2.2. Bagi Mahasiswa Rantau Luar Jawa di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

Dari penelitian ini dapat diketahui bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan sosial. Maka hal ini dapat dijadikan landasan bagi mahasiswa rantau luar Jawa untuk dapat meningkatkan kepercayaan diri. Beberapa cara untuk dapat meningkatkan kepercayaan diri, yaitu memiliki keyakinan kemampuan diri dengan cara dapat bertindak sesuai kehendak dan tidak mudah terpengaruh oleh orang

lain. Meningkatkan sikap optimis dengan cara selalu berpikir positif terhadap segala hal, tidak mudah menyalahkan diri sendiri, dan berteman dengan orang yang memiliki pemikiran yang positif. Memiliki rasa tanggung jawab dengan cara memperhatikan diri sendiri, dapat menyelesaikan tugas yang diberikan oleh dosen dengan baik, dan bertanggung jawab terhadap hal – hal kecil. Memandang segala sesuatu secara objektif dengan cara terbuka terhadap perbedaan pendapat, merenungkan dengan baik sebelum memutuskan sesuatu, dan dapat menjadi pendengar yang baik. Menganalisis sesuatu dengan pemikiran yang rasional dan realistis dengan cara selalu berpikiran jauh ke depan, dapat berpikir kritis, dan selalu mempertimbangkan kelebihan maupun kekurangan saat akan membuat keputusan.

6.2.3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan topik kepercayaan diri dan kecemasan sosial, diharapkan dapat mengembangkan lebih lanjut dan memperhatikan beberapa hal untuk penelitian selanjutnya. Peneliti perlu memperhatikan pengontrolan subjek dalam pengisian skala sehingga sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan. Penelitian ini berfokus pada mahasiswa rantau dari luar Jawa di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, maka penelitian selanjutnya dapat berfokus pada mahasiswa rantau dari wilayah dan Universitas lain.