

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dapat diterima. Terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *self efficacy* dan kecemasan mengerjakan skripsi ditunjukkan dalam penelitian ini. Semakin tinggi *self efficacy* maka kecemasan mengerjakan skripsi dalam diri mahasiswa semakin rendah. Sumbangan efektif dari *self efficacy* terhadap kecemasan sebesar 36,8%.

6.2 Saran

Beberapa saran yang diberikan peneliti setelah melakukan penelitian yaitu :

6.2.1 Bagi Mahasiswa

Berlatih mengontrol kecemasan dengan relaksasi, membaca buku untuk memahami dan meyakinkan diri akan potensi serta bersikap gigih dapat membantu mahasiswa untuk mengurangi tingkat kecemasan yang tinggi saat menyelesaikan sebuah tugas.

6.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran bagi peneliti selanjutnya yaitu agar dapat meneliti faktor lain yang dapat memengaruhi kecemasan dengan lingkup subjek yang lebih luas. Peneliti dapat mengkaji lebih dalam terkait faktor yang dapat memengaruhi kecemasan mengerjakan skripsi dan dilakukan secara offline agar dapat mengontrol secara langsung jalannya pengisian kuesioner.