

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Ada hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan kelas. Semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan kelas, demikian juga sebaliknya. Adapun kepercayaan diri memberikan sumbangan sebesar 24,1% terhadap kecemasan berbicara di depan kelas.

B. Saran

1. Bagi subjek

Hendaknya mahasiswa meningkatkan kepercayaan diri yang dimilikinya seperti bersikap tenang, merasa dapat diterima kelompoknya atau dapat disukai oleh orang lain, dan dapat hidup secara mandiri sehingga dapat menekan kecemasannya untuk berbicara di depan kelasnya. Selain itu, mahasiswa hendaknya membiasakan diri untuk berbicara di depan kelas.

2. Bagi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

Hendaknya pihak Fakultas memberi pelatihan kepada mahasiswa agar dapat meningkatkan kepercayaan dirinya. Pelatihan yang dimaksud dapat berupa relaksasi, berpikir positif, dan pelatihan dengan topic mengenal diri sendiri. Hal tersebut penting karena

adanya kepercayaan diri yang tinggi dapat menekan kecemasannya dalam berbicara di depan kelas.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti mengenai kecemasan berbicara di depan kelas disarankan untuk memperhatikan kelemahan dalam penelitian ini yaitu hendaknya penyebaran skala pada subjek dilakukan secara klasikal di dalam kelas dengan meminta bantuan dosen yang mengampu kelas tersebut, sehingga subjek atau mahasiswa akan lebih serius dalam mengisi skala. Saran yang lain adalah memperhatikan faktor-faktor lain yang juga berpengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan kelas, faktor tersebut antara lain faktor individu yang meliputi masa depan tanpa tujuan, adanya perasaan ketidakmampuan bekerja, konflik dalam diri individu, *previous experience*, *skill acquisition*, *modelling*, faktor lingkungan yang meliputi tidak mendapat cinta, kasih sayang, dukungan dan motivasi dari orang lain, *reinforcement*.