

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan negatif antara *Self Efficacy* dengan Kecemasan Menghadapi Mutasi Anggota Polri $r=-0,651$ dan $p=0,000$ ($p<0,050$), dengan sumbangan efektif sebesar sebesar 42,4 % dan 57,6 % disebabkan oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.
2. Subyek penelitian memiliki Kecemasan Menghadapi Mutasi pada kategori sedang dengan jumlah 53 orang (53%). Sisanya, 47 orang (47%) dalam kategori rendah dan tidak ada yang memiliki Kecemasan Menghadapi Mutasi pada kategori tinggi.
3. Berdasarkan kaegorisasi *Self Efficacy* diketahui bahwa 64 orang (64%) yang memiliki *Self Efficacy* pada kategori tinggi, 36 orang (36%) memiliki *Self Efficacy* pada kategori sedang dan tidak ada yang memiliki *Self Efficacy* pada kategori rendah.
4. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara Kecemasan Menghadapi Mutasi yang dimiliki anggota Polri laki laki (polki) dengan anggota Polri wanita (polwan) $t = 0,13$ dengan $p = 0,989$ ($p>0,050$).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil pembahasan, maka diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Subyek Penelitian

Bagi subyek penelitian untuk menurunkan kecemasan Menghadapi Mutasi dilakukan dengan meningkatkan *Self Efficacy* terutama bagi anggota Polri yang memiliki kategorisasi Kecemasan Menghadapi Mutasi pada kategori sedang.

2. Bagi Instansi Kepolisian

Bagi instansi yang bersangkutan disarankan untuk dapat menurunkan tingkat Kecemasan Menghadapi Mutasi dengan meningkatkan *Self Efficacy* yang dilakukan dengan mengadakan berbagai pelatihan peningkatan *Self Efficacy* di lingkungan Instansi Kepolisian.

3. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat memperluas subyek penelitian yaitu dengan menambah jumlah responden yang bekerja pada Instansi Kepolisian di daerah lain dengan lebih memperhatikan pengambilan berdasarkan data demografi seperti usia subyek penelitian, lama bekerja, dan satuan fungsi agar diperoleh subyek penelitian yang lebih variatif dan dapat diteliti lebih lanjut. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian berkaitan dengan Kecemasan Menghadapi Mutasi berdasarkan oleh faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian seperti faktor kognitif lain yang terdiri dari prediksi berlebihan terhadap rasa takut, keyakinan *self defeating*, sensitifitas berlebihan, salah mengatribusikan

sinyal-sinyal tubuh, dan faktor biologi yang terdiri dari gangguan gangguan genetik, neurotransmitter dan aspek biokimia pada gangguan panik.