

BAB V

PENUTUP

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini telah membuktikan bahwa: kecemasan berbicara di depan umum pada siswa setelah diberi pelatihan kecerdasan emosi lebih rendah daripada sebelum pelatihan dan kecemasan berbicara di depan umum pada kelompok eksperimen mengalami penurunan lebih besar daripada kelompok kontrol.

Analisis kualitatif menemukan bahwa peserta mengalami proses pelatihan kecerdasan emosi dan penurunan skor kecemasan berbicara di depan umum yang berbeda-beda. Faktor yang menyebabkan munculnya perbedaan tersebut adalah karena kondisi berbeda yang dialami peserta pelatihan, seperti kondisi kesehatan dan kemungkinan permasalahan yang dihadapi, kemampuan peserta dalam menyerap materi pelatihan, dan proses belajar yang berbeda pada setiap peserta.

B. Saran

1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi subjek penelitian, apabila mengalami kecemasan berbicara di depan umum setelah diberikan pelatihan kecerdasan emosi ini maka disarankan kepada subjek untuk dapat kembali menerapkan teknik-teknik pelatihan kecerdasan emosi seperti yang telah dipelajari. Hal ini dimaksudkan agar efek dari pelatihan kecerdasan emosi dapat kembali membantu subjek dalam mengelola kecemasan berbicara di depan umum menjadi lebih baik.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Waktu pelatihan merupakan salah satu faktor pendukung keberhasilan penelitian. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mempertimbangkan waktu pelaksanaan pelatihan dengan lebih baik. Akan lebih baik apabila pelatihan ini dapat dilaksanakan dalam waktu dua hari. Hal ini dimaksudkan agar setiap sesi pelatihan memiliki durasi waktu yang lebih panjang. Keterbatasan waktu dan kondisi peserta yang lelah, sedikit banyak akan mempengaruhi kemampuan peserta dalam menyerap materi pelatihan yang diberikan.

3. Bagi Pihak Sekolah

Penelitian sejenis diharapkan juga dilakukan pada jurusan selain Bahasa, misalnya jurusan IPA, IPS, maupun Keagamaan. Hal tersebut dimaksudkan agar tidak hanya siswa dari jurusan Bahasa saja yang dapat mengatasi kecemasan berbicara di depan umum, namun jurusan lain juga dapat melakukannya. Mengingat kemampuan berbicara di depan umum tidak hanya dimiliki oleh siswa jurusan Bahasa, tetapi jurusan lain pun juga wajib memiliki kemampuan untuk dapat berbicara di depan umum dengan baik.