

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara konsep diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir UMBY. Hal tersebut dapat dilihat dari koefisien korelasi (r_{xy}) hipotesis = $-0,757$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,050$). Artinya semakin tinggi konsep diri maka semakin rendah kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir UMBY. Sebaliknya semakin rendah konsep diri maka semakin tinggi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir UMBY.

Sedangkan dari hasil kategorisasi dapat diketahui bahwa sabagai besar mahasiwa akhir UMBY memiliki Konsep diri dengan kategori tinggi sebesar 44% (22subjek), kategori sedang sebesar 56% (28 subjek), dan kategori rendah sebesar 0% (0 subjek), dengan demikian dapat peneliti simpulkan bahwa tingkat konsep diri mahasiswa tingkat akhir UMBY cenderung sedang. Kemudian pada variabel kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dengan kategori tinggi sebesar 6% (3 subjek), kategori sedang sebesar 52% (26 subjek), dan kategori rendah sebesar 42% (21 subjek),dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja cenderung sedang. Hasil penelitian ini memperoleh koefesien determinasi (R^2) yang memperoleh sumbangan efektif sebesar 0,573. Koefisian determinasi (R^2) menunjukkan bahwa konsep diri memiliki kontribusi 57,3%

terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja dan sisanya 42,7% berasal dari faktor lain.

B. Saran

Saran yang dapat diberikan berdasarkan dari hasil penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa tingkat akhir Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Bagi mahasiswa tingkat akhir Universitas Mercu Buana Yogyakarta agar dapat mengikatkan atau mengoptimalkan kepercayaan diri positif agar dapat mengurangi kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang meneliti tentang kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dapat menggunakan variabel lain selain variabel konsep diri, sehingga dapat diungkap kontribusi lain diluar variabel tersebut. Penelitian ini juga masih memiliki kekurangan yakni pada hasil data awal atau permasalahan yang terjadi sebelum penelitian menunjukkan bahwa subjek memiliki kecemasan dalam kategori tinggi, sehingga data tersebut berbeda dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa subjek memiliki kategorisasi kecemasan rendah. Hal tersebut terjadi, bisa saja karna subjek dalam keadaan yang tidak baik seperti kelelahan atau *defence* yaitu

pertahanan diri yang artinya subjek tidak ingin terlihat jelek saat penelitian, peneliti juga melakukan wawancara kepada subjek dengan hasil wawancara yang dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek pernah mengikuti pelatihan kecemasan dan subjek juga sudah menentukan tujuan sehingga dapat mengurangi rasa cemas yang dimiliki.