

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk dapat mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 120 mahasiswa berusia 18–35 tahun yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dapat diterima, yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan mengerjakan skripsi. Artinya, Ketika kepercayaan diri semakin tinggi, maka kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa semakin rendah. Sebaliknya, jika kepercayaan diri semakin rendah, maka kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa semakin tinggi juga. Berdasarkan kategorisasi data, disimpulkan bahwa mahasiswa dalam penelitian ini berada pada tingkat kecemasan mengerjakan skripsi sedang dan tingkat kepercayaan diri tinggi.

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan yang telah diuraikan, peneliti menyadari bahwa peneliti masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti mengajukan beberapa saran, sebagai berikut :

1. Bagi Subjek Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian, bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yang mengalami kecemasan pada kategori sedang dan tinggi disarankan untuk secara aktif membangun kepercayaan diri seperti melalui diskusi kelompok dan mencari dukungan sosial dari orang terdekat juga menjadi langkah penting untuk membantu mengurangi dan menurunkan tingkat kecemasan. Bagi mahasiswa yang tingkat kecemasan rendah diharapkan untuk mempertahankan kondisi Kesehatan fisik dan mental untuk membantu mencegah timbulnya rasa takut dan cemas.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti kedepannya yang tertarik untuk menggali variabel yang serupa, disarankan juga peneliti untuk mempertimbangkan faktor-faktor lain dari kecemasan mengerjakan skripsi dikarenakan terdapat banyak sekali faktor yang mempengaruhi kecemasan mengerjakan skripsi selain dilihat dari kepercayaan diri, seperti: dukungan sosial orang tua, modeling. Dengan demikian, dapat memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa.