

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan uji korelasi menunjukkan bahwa penyesuaian sosial memiliki hubungan signifikan dengan kecemasan berbicara didepan umum, dimana arah hubungan kedua variabel tersebut adalah negatif. Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah bahwa hipotesis “Ada hubungan antara penyesuaian sosial dengan kecemasan berbicara didepan umum” dinyatakan diterima namun memiliki kekuatan korelasi dalam kategori yang sedang. Tanda negatif pada nilai korelasi menunjukkan bahwa hubungan antara penyesuaian sosial dengan kecemasan berbicara didepan umum, sehingga menunjukkan bahwa semakin tinggi penyesuaian sosial yang dimiliki oleh seseorang maka kecemasan berbicara didepan umum akan menurun, sebaliknya semakin rendah penyesuaian sosial maka kecemasan berbicara didepan umum akan meningkat.

B. Saran

Adapun saran yang dapat diberikan penulis berdasarkan penelitian yang telah dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Diharapkan agar mahasiswa Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dapat meningkatkan penyesuaian sosial yang dimilikinya dengan cara membiasakan diri untuk menghormati dan menerima hak-hak orang lain, mahasiswa juga dapat menciptakan relasi yang baik dengan orang banyak, berusaha menjalin persahabatan dengan teman-teman di kampus, menunjukkan rasa simpati dengan orang lain, yang mana dengan adanya pembiasaan hubungan-hubungan baik dengan lingkungan sekitar maka penerimaan juga akan baik, sehingga mahasiswa dapat semakin percaya diri berbicara di depan umum dan pada akhirnya menurunkan kecemasannya.
2. Diharapkan agar penelitian selanjutnya dapat menggunakan subyek lainnya atau juga dapat menggunakan populasi yang lebih banyak/variatif agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan lebih luas lagi.
3. Diharapkan agar penelitian selanjutnya dapat menggunakan variabel lainnya yang dapat mempengaruhi kecemasan berbicara didepan umum, seperti self-efficacy, konsep diri, maupun kepercayaan diri yang mampu menurunkan kecemasan berbicara didepan umum.