

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan temuan fakta dari penelitian yang telah diuraikan dan telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan beberapa hal, yakni sebagai berikut :

1. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara Kecemasan Menghadapi Tes dengan Prestasi Belajar siswa Jurusan Akuntansi SMK Negeri 42 Jakarta. Semakin tinggi kecemasan menghadapi tes maka prestasinya menurun, sebaliknya semakin rendah kecemasan menghadapi tes maka prestasinya semakin tinggi. Maka dari itu siswa harus mampu mengendalikan emosi untuk dapat meminimalisir tingkat kecemasan terutama pada saat akan menghadapi tes agar dapat berkonsentrasi saat tes sehingga dapat menghasilkan prestasi yang bagus.
2. Hasil perhitungan regresi diketahui bahwa koefisien X bertanda negatif. Kecemasan menghadapi tes (variabel X) mempunyai pengaruh yang negatif terhadap Prestasi belajar (variabel Y). Data yang digunakan dalam model regresi ini berdistribusi normal, berbentuk linier dan berarti
3. Hasil perhitungan uji koefisien korelasi dengan rumus korelasi *product moment*, menunjukkan bahwa hasil perhitungan koefisien korelasinya negatif

artinya bahwa terdapat hubungan negatif antara kecemasan menghadapi tes dengan prestasi belajar dengan interpretasi koefisien korelasinya rendah. Uji keberartian korelasi menunjukkan bahwa hubungan antara kecemasan menghadapi tes dengan prestasi belajar adalah signifikan.

B. Implikasi

Implikasi yang didapatkan dari penelitian ini menunjukkan bahwa semakin berlebih kecemasan maka semakin rendah prestasi belajar, dan sebaliknya semakin rendah kecemasan maka semakin tinggi prestasi belajar. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan merupakan salah satu faktor yang mempunyai pengaruh terhadap prestasi.

Dari data skor indikator yang paling berpengaruh terhadap variabel X (Kecemasan menghadapi tes) terdapat skor terendah yaitu indikator reaksi somatik. Reaksi somatik merupakan gejala fisik yang muncul ketika akan menghadapi tes seperti sakit perut, pusing, berkeringat, dan gejala fisik lainnya. Hal ini terjadi karena sebelum menghadapi tes siswa sudah merasa takut dengan situasi tes sehingga menimbulkan reaksi fisik tersebut. Gejala fisik yang muncul akan dapat mengganggu kenyamanan dan ketenangan dalam menghadapi tes sehingga menyebabkan sulit untuk berkonsentrasi saat mengerjakan tes. dengan begitu ,maka akan berakibat kepada prestasi belajar yang dihasilkan.

Kecemasan yang berlebih saat tes dapat menyerang mulai dari pikiran sampai gejala fisik. Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara kecemasan menghadapi tes dengan prestasi belajar, maka hal ini hendaknya diperhatikan oleh siswa untuk dapat sebisa mungkin

mempersiapkan diri sebelum tes serta mampu mengendalikan emosi agar tidak muncul kecemasan yang berlebih dan menganggap situasi tes bukan merupakan suatu hal yang menakutkan.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka berikut ini dikemukakan saran-saran sebagai berikut :

1. Kecemasan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi belajar, dengan begitu maka siswa harus dapat meminimalisir tingkat kecemasan pada diri masing-masing dengan cara belajar serta mempersiapkan diri dan alat-alat tulis dengan sebaik-baiknya sebelum tes .
2. Untuk pendidik khususnya di SMK N 42 Jakarta sebaiknya dapat menciptakan situasi tes yang tidak menegangkan dan menakutkan namun tetap kondusif.
3. Dalam variabel kecemasan menghadapi tes persentase indikator terendah pada reaksi somatik yang berupa gejala fisik. Dengan begitu sebaiknya siswa berusaha untuk dapat mengendalikan emosi dan berpikiran positif terhadap situasi tes sehingga tidak menganggap situasi tes itu merupakan suatu hal yang membuat pusing dan menegangkan serta dapat juga melakukan relaksasi sebelum tes sehingga akan membuat tenang dan mudah berkonsentrasi.
4. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan sampel yang lebih banyak atau dengan menambah variabel lain, seperti *Self Efficacy*, *self esteem*, dukungan sosial, dan motivasi belajar yang menjadi salah satu faktor yang berpengaruh terhadap prestasi belajar.