

## **BAB V**

### **KESIMPULAN, IMPLIKASI, SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pada hasil analisis data penelitian tentang Hubungan antara Efikasi Diri dan Keterampilan Komunikasi terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada siswa kelas X program keahlian Tata Kelola dan Otomatisasi Perkantoran di SMK Negeri 46 Jakarta, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum, dilihat dari  $t$  hitung ( $-2,375$ ) <  $-t$  tabel ( $-2,001$ ).
2. Terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum, dilihat dari  $t$  hitung ( $-3,185$ ) <  $-t$  tabel ( $-2,001$ ).
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara Efikasi Diri dan Keterampilan Komunikasi bersama-sama dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum dilihat dari  $F$  hitung  $F$  hitung ( $7,829$ ) >  $F$  tabel ( $3,16$ ).

#### **B. Implikasi**

Berdasarkan dari kesimpulan penelitian di atas, implikasi yang didapatkan dalam penelitian ini adalah:

1. Pada variabel kecemasan berbicara di depan umum pernyataan dominan tertinggi terdapat pada “Saya merasa tegang ketika berpidato”, sedangkan pernyataan dengan skor rata-rata terendah adalah pada “Saya merasa tidak enak badan ketika saya berbicara di depan sebuah kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa siswa X Otomatisasi Dan Tata Kelola Perkantoran merasa cemas ketika akan berbicara di depan umum atau di depan sebuah kelompok namun sebagian besar siswa tidak menunjukkan gejala secara fisik seperti tidak enak badan atau merasakan sakit di beberapa bagian tubuh.
2. Pada variabel kecemasan berbicara di depan umum pernyataan dominan tertinggi terdapat pada “Saya selalu dapat memecahkan permasalahan yang sulit apabila saya mencoba untuk berusaha cukup keras”, sedangkan pernyataan dengan skor rata-rata terendah adalah pada “Karena akal saya, saya paham bagaimana menangani situasi-situasi yang tak terduga”. Dari pernyataan di atas dapat di ketahui bahwa siswa baik dalam menyelesaikan sebuah masalah yang cukup sulit jika mereka berusaha keras, ini menunjukkan bahwa siswa memiliki tingkat efikasi yang tinggi ketika di hadapkan pada situasi sulit. Namun sebaliknya, siswa akan merasa tidak mampu ketika menghadapi situasi yang terjadi tanpa diduga. Dalam kaitan dengan variabel kecemasan berbicara di depan umum, maka siswa akan merasa gugup berbicara di depan jika terjadi secara tiba-tiba tanpa adanya perencanaan terlebih dahulu.

3. Pada variabel keterampilan komunikasi pernyataan dominan tertinggi terdapat pada “Artikulasi (kejelasan pelafalan dan ekspresi linguistik)”, sedangkan pernyataan dengan skor rata-rata terendah adalah pada “Ekspresi wajah (tidak terlihat kosong atau berlebihan”. Hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki tingkat kejelasan pengucapan yang tinggi dan memiliki ekspresi yang baik untuk menjelaskan kata-kata yang di ucapkan. Ini tentu akan membuat siswa merasa nyaman ketika berbicara di depan umum. Namun siswa sulit dalam mengendalikan ekspresi wajah, siswa akan menunjukkan ekspresi datar atau terlihat berlebihan dan tidak sesuai dengan kalimat yang di ucapkan.

Dari penjabaran diatas, diketahui bahwa tingginya efikasi diri yang tinggi dan keterampilan komunikasi akan meminimalisir kecemasan berbicara di depan umum pada siswa. Sebaliknya, rendahnya efikasi diri dan keterampilan komunikasi akan menimbulkan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa. Namun, selain efikasi diri dan keterampilan komunikasi, masih terdapat faktor-faktor lainnya yang dapat menentukan tingkat kecemasan berbicara di depan umum yaitu seperti kurangnya pengalaman, penyusaian diri, dan pola pikir.

### **C. Saran**

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi yang dikemukakan di atas, saran-saran yang diberikan peneliti adalah:

1. Bagi siswa yang memiliki kecemasan pada saat berbicara didepan umum di harapkan agar lebih mengembangkan efikasi diri dan menghargai dirinya sendiri dengan cara yakin akan keterampilan yang dimiliki dalam hal ini adalah keterampilan komunikasi agar dapat mengurangi tingkat kecemasan saat harus berbicara didepan umum.
2. Bagi sekolah hendaknya selalu memperhatikan perkembangan siswa dalam berbicara di depan umum dengan cara memberikan penghargaan atau pujian atas apa yang telah diraih siswa dan memberikan kesempatan pada siswa untuk berbicara didepan khalayak umum seperti memberi tugas presentasi, dan membuat siswa aktif didalan kelas. Selain itu sekolah dalam hal ini tenaga pengajar harus selalu memberikan materi mengenai tata cara dalam hal berbicara di depan umum sehingga siswa dapat mengaplikasikannya dan dapat mengurangi kecemasan berbicara didepan banyak orang.
3. Bagi peneliti selaku calon pengajar untuk selalu memantau kondisi siswa baik secara psikologis maupun keterampilan dasar dalam berkomunikasi sehingga menciptakan siswa yang berani dan kritis dalam berbicara didepan umum.
4. Bagi peneliti selanjutnya untuk mengontrol faktor-faktor yang lain yang diperkirakan mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum maupun seperti meningkatkan kepercayaan diri atau regulasi diri dan meskipun skala yang digunakan telah diuji validitas dan reliabilitasnya, sebaiknya dilakukan penelitian lebih lajut karena alat ukur yang valid dan reliabel disuatu tempat belum tentu valid dan reliabel ditempat lain.