

## BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

### 5.1. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh *self-efficacy* terhadap kecemasan menghadapi ujian nasional berbasis komputer (UNBK) pada siswa di SMP N 3 Rambatan yaitu :

1. Terdapat pengaruh antara *self-efficacy* dengan kecemasan. Artinya adalah tinggi rendahnya *self-efficacy* pada siswa akan mempengaruhi tingkat kecemasannya dalam menghadapi ujian nasional berbasis komputer (UNBK). Apabila *self-efficacy* rendah, maka kecemasan akan tinggi, dan apabila *self-efficacy* tinggi, maka kecemasan akan rendah.
2. *Self-efficacy* memberikan pengaruh sebesar 23,9% terhadap kecemasan, sedangkan sisanya sebesar 76,1% adalah variabel lain yang mempengaruhi kecemasan.
3. Berdasarkan kategorisasi, maka dapat dilihat bahwa sebagian besar siswa SMP N 3 Rambatan berada pada tingkat *self-efficacy* yang sedang. Sedangkan sebagian besar siswanya berada pada tingkat kecemasan yang tinggi dalam menghadapi ujian nasional berbasis komputer (UNBK).
4. Berdasarkan nilai *mean* masing-masing aspek pada kategorisasi subjek, siswa dengan *self-efficacy* kategorisasi sedang memiliki nilai *mean* tertinggi pada aspek *strength* dan terendah pada aspek *generality*, sedangkan siswa dengan kecemasan kategorisasi tinggi memiliki nilai *mean* tertinggi pada aspek kognitif dan terendah pada aspek afektif.

## 5.2. Saran

Peneliti mengajukan beberapa saran yang dapat dijadikan pertimbangan berbagai pihak terkait hasil penelitian ini.

### 5.2.1. Saran Metodologis

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan di atas, maka peneliti mengajukan beberapa saran metodologis untuk penelitian selanjutnya :

1. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan tema penelitian yang serupa, sebaiknya memperhatikan variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian nasional berbasis komputer (UNBK), seperti lingkungan, kondisi kesehatan, dan dukungan sosial.
2. Bagi peneliti selanjutnya dianjurkan untuk dapat melakukan penelitian di lokasi yang lebih luas dan tidak hanya terfokus kepada satu lokasi saja.

### 5.2.2. Saran Praktis

1. Diharapkan kepada pihak sekolah agar lebih memperhatikan siswa yang memiliki kecemasan pada kategorisasi tinggi, karena hal tersebut akan berdampak pada hasil ujian dan prestasi siswanya.
2. Bagi pihak sekolah agar dapat memaksimalkan sosialisasi tentang sistem dan tata cara dalam pelaksanaan ujian nasional berbasis komputer (UNBK), karena hal ini dapat membantu siswa dalam menghadapinya.
3. Siswa dengan *self-efficacy* rendah, dapat meningkatkan *self-efficacy*nya dengan cara-cara berikut. Pertama, melihat pada pengalaman orang lain yang pernah mengikut ujian nasional berbasis komputer (UNBK). Kedua, mendapatkan penguatan dari orang lain (*social persuasion*) bahwasanya dia

akan mampu menghadapi ujian nasional berbasis komputer (UNBK). Ketiga, meningkatkan kesehatan fisik dan mengurangi tingkat stres, sehingga mereka akan lebih siap dalam menghadapi ujian nasional berbasis komputer (UNBK) nanti.

