

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kecemasan siswa kelas XI SMA Negeri 1 Tapa Kabupaten Bone Bolango memperoleh data hasil persentase sebanyak 71.042% di kategorikan tinggi. Indikator pertama kecemasan fisiologis memperoleh hasil persentase sebesar 73.02% dengan kategori tertinggi pertama, indikator ke dua kecemasan emosional memperoleh persentase sebesar 72.92% dengan kategori tertinggi kedua, indikator ke tiga kecemasan kognitif memperoleh persentase sebesar 67.19% dengan kategori terendah.

Berdasarkan dari hasil penelitian maka dapat diperoleh persentase rata-rata bahwa kecemasan siswa memperoleh persentase yang cukup tinggi yakni 71.042%. Demikian dapat di simpulkan kecemasan siswa kelas XI SMA Negeri 1 Tapa Kabupaten Bone Bolango dikategorikan sedang.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian, maka dapat di kemukakan saran-saran sebagai berikut :

- a. Hasil penelitian ini di harapkan bisa motivasi siswa untuk tidak memiliki rasa cemas yang berlebihan di sekolah maupun di lingkungan sekitar.
- b. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi kepada guru-guru dan kepala sekolah SMA Negeri 1 Tapa agar menghilangkan rasa cemas

berlebihan kepada siswanya serta memberikan pemahaman-pemahaman dan motivasi kepada siswa.

- c. Khususnya untuk guru bimbingan dan konseling juga sangat berperan penting dalam hal ini diharapkan dapat memberikan bimbingan serta pemahaman kepada siswa bahwa memiliki kecemasan berlebihan itu sangat tidak baik.
- d. Kepada para siswa agar lebih cerdas dalam mengelola kecemasan agar kecemasan siswa bisa berkurang.
- e. Kepada keluarga terutama kepada orang tua agar lebih memperhatikan dan memahami kecemasan fisiologis anak, kecemasan emosional anak, kecemasan kognitif anak, dan memotivasi anak.
- f. Kepada pembaca diharapkan skripsi ini dapat dijadikan sebagai sumber referensi dan bahan acuan untuk lebih memperluas lagi kajian tentang kecemasan siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- A Wiramihardja, Sutardjo. 2015. *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Refika Aditama
- Arikunto & Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Penelitian Praktis*. Jakarta: Asradi Mahasatya.
- Arikunto & Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Penelitian Praktis*. Jakarta: Asradi Mahasatya.
- Az-Zahrani, Musfir. 2005. *Konseling Terapi*. Jakarta: Gema Islam
- Akhmad, Sudrajat. 2008. *Upaya Mencegah Kecemasan Siswa di Sekolah*. Jurnal Ilmiah Konseling. Vol, 2. No. 1. ISSN: 1242/1074.
- Budiningsi, Asri. 2004. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta
- Hartono, & Soedarmadji, Boy. 2012. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana Prenada media Group
- Kurniadin, Didin & Machali, Imam. 2012. *Manajemen Pendidikan Konsep & Prinsip Pengelolaan Pendidikan*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Nursalam. 2014. *Manajemen Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- S Nevid, Jeffrey Dkk. 2003. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga
- Sukardi. 2003. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Sudjana. 1996. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito

Universitas Negeri Gorontalo. 2013. *Pedoman Karya Tulis Ilmiah*. Gorontalo

Widjaja, Hendra. 2016. *Berani Tampil Beda Dan Percaya Diri*. Yogyakarta:
Araska

Wade, Carole & Tavris, Corol. 2007. *Psikologi*. Jakarta: Erlangga