

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Pada bagian ini diuraikan mengenai simpulan dan rekomendasi berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan.

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis terhadap data hasil penelitian mengenai hubungan antara *self efficacy* akademik dengan kecemasan menghadapi ujian siswa di kelas XI MA Al-Inayah Bandung tahun pelajaran 2016/2017, didapat simpulan sebagai berikut:

1. Kecenderungan umum *self efficacy* akademik siswa di kelas XI berada pada kriteria agak yakin. Pada umumnya siswa kelas XI memiliki keyakinan dalam bidang akademik yang memungkinkan mereka untuk menghadapi banyak tugas belajar yang menantang dan sulit. Siswa memungkinkan untuk tekun dan berusaha menguasai tugas-tugas pembelajaran, mulai mampu berpikir serius tentang apa yang harus mereka lakukan untuk hidup mereka dengan mulai belajar menguasai keterampilan belajar, dan bagaimana cara hidup orang dewasa yaitu meningkatkan *self efficacy* dalam dirinya.
2. Kecenderungan umum kecemasan menghadapi ujian siswa di kelas XI berada pada kriteria sedang. Pada umumnya sebagian besar siswa di kelas XI memiliki kecenderungan yang cukup baik dalam mengelola kecemasan menghadapi ujian. Hasil tersebut juga menunjukkan bahwa siswa memiliki daya tahan yang cukup terhadap kecemasan ketika berhadapan dengan ujian.
3. Terdapat hubungan antara *self efficacy* akademik dengan kecemasan menghadapi ujian secara signifikan dengan arah korelasi negatif. Semakin tinggi *self efficacy* akademik siswa maka semakin rendah tingkat kecemasan menghadapi ujian yang dialami siswa tersebut. Sebaliknya, semakin rendah *self efficacy* akademik siswa maka semakin tinggi tingkat kecemasan menghadapi ujian yang dialami siswa tersebut. Peningkatan *self efficacy* akademik dapat mereduksi kecemasan menghadapi ujian.

5.2 Rekomendasi

Beberapa rekomendasi yang didapat berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara *self efficacy* akademik dengan kecemasan menghadapi ujian siswa di kelas XI MA Al-Inayah Bandung tahun pelajaran 2016/2017, diantaranya yaitu:

1. Kepala sekolah dan Wakasek

Kepala sekolah dan Wakasek hendaknya membangun kebijakan yang menunjang pengembangan *self-efficacy* seperti LDKS (Latihan Dasar Kepemimpinan Siswa) ataupun pelatihan untuk guru dalam meningkatkan *self-efficacy* siswa dalam bidang akademik.

2. Guru wali kelas/bidang studi

Guru wali kelas/bidang studi hendaknya dapat memelihara dan meningkatkan *self-efficacy* akademik yang dimiliki oleh siswa kelas XI MA Al-Inayah Bandung yang sudah berada pada kriteria yang cukup baik, sehingga siswa berfikir bahwa *self-efficacy* dapat memberikan pengaruh positif terhadap dirinya terutama dalam bidang akademik.

3. Guru BK atau Konselor

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran umum dari setiap variabel yang diteliti baik itu *self efficacy* akademik maupun kecemasan menghadapi ujian siswa di kelas XI MA Al-Inayah Bandung tahun pelajaran 2016/2017 sudah berada pada kriteria yang cukup baik, sehingga diharapkan guru bimbingan dan konseling mampu memberikan berbagai layanan yang dapat menjaga dan meningkatkan *self-efficacy* akademik sehingga kecemasan menghadapi ujian yang dialami siswa tersebut dapat diminimalisir. Guru bimbingan dan konseling diharapkan dapat menggunakan data hasil penelitian ini sebagai *need assessment* untuk optimalisasi program dan pemberian layanan bimbingan dan konseling bagi peserta didik di sekolah.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan hasil penelitian ini lebih lanjut sebagai upaya memperbaiki kekurangan dari penelitian yang telah

dilakukan, misalnya dengan melanjutkan penelitian ini untuk mengembangkan program utuh layanan dan bimbingan dan konseling yang bertujuan meningkatkan *self efficacy* akademik peserta didik dalam rangka meminimalisir kecemasan menghadapi ujian yang dialami oleh peserta didik tersebut. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan instrumen dan variabel *self-efficacy* akademik juga variabel kecemasan menghadapi ujian guna menambah pengetahuan dalam bidang bimbingan dan konseling,