

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian diatas, maka peneliti dapat menarik beberapa kesimpulan yaitu:

5.1.1. Mayoritas kepercayaan diri remaja di SMK Amaliyah Jakarta rendah sebesar (70,3%).

5.1.2. Mayoritas kecemasan berbicara di depan umum remaja di SMK Amaliyah Jakarta tinggi sebesar (55,1%).

5.1.3. Adanya hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada remaja di SMK Amaliyah Jakarta, dengan nilai P value = 0,001 < ($\alpha=0,05$).

5.2. Saran

Berdasarkan dari beberapa kesimpulan yang diambil oleh peneliti, terdapat saran-saran yang peneliti sampaikan untuk instansi terkait.

5.2.1. Bagi Responden Penelitian

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara variabel kepercayaan diri dengan variabel kecemasan berbicara di depan umum. Maka bagi remaja diharapkan untuk meningkatkan kepercayaan diri dengan banyak berlatih berkomunikasi dengan teman sebaya atau saat berbicara di depan kelas pada saat presentasi. Hal ini berguna untuk meningkatkan *skill public speaking*, mengurangi kecemasan yang timbul saat berbicara di depan umum,

membiasakan diri untuk mempunyai komunikasi yang baik pada saat berbicara dengan teman maupun pada saat berbicara di depan orang banyak, dan berguna pada saat memasuki dunia perkuliahan yang akan banyak menghadapi presentasi di depan kelas serta pada saat memasuki dunia kerja sebagai sarjana.

5.2.2. Bagi Program Studi Ilmi Keperawatan Universitas Nasional

Diharapkan hasil penelitian ini berguna untuk dijadikan sumber atau referensi untuk menambah pengetahuan mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional terkait variabel kepercayaan diri dan variabel kecemasan berbicara di depan umum pada remaja.

5.2.3. Bagi Sekolah

Kepada pihak sekolah khususnya guru SMK Amaliyah untuk berperan aktif dikelas dan membimbing siswa untuk lebih meningkatkan rasa percaya diri pada saat berbicara di depan umum dengan baik, apabila memiliki rasa percaya diri yang baik maka tidak ada lagi yang perlu dikhawatirkan atau ditakutkan. Membantu melatih siswa untuk berkomunikasi dengan baik pada saat berbicara dengan guru ataupun pada saat pembelajaran presentasi di depan kelas sehingga mereka akan memiliki *skill public speaking* yang baik dan mengurangi tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang ada pada diri siswa.

5.2.4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini bisa menjadi salah satu sumber informasi serta referensi untuk penelitian yang lebih lanjut. Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan

memberikan intervensi *expressive writing therapy* untuk menurunkan kecemasan berbicara di depan umum yang dialami oleh remaja.

