

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis hipotesis penelitian ini dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat 4 tingkatan kecemasan dalam menghadapi ujian dari responden penelitian yang terdiri dari 2 angkatan 2014 dan 2015 yaitu tidak ada kecemasan 51 mahasiswa, kecemasan ringan 117 mahasiswa, kecemasan sedang 5 mahasiswa, tidak ada mahasiswa yang memiliki kecemasan berat dan kecemasan sangat berat.
2. Hasil belajar blok mahasiswa dibagi menjadi 2 tingkatan yaitu lulus dan tidak lulus. Mahasiswa yang lulus blok sebesar 92 dan yang tidak lulus blok sebesar 81 mahasiswa.
3. Tidak terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan hasil ujian blok mahasiswa PSPD FKIK UMY angkatan 2014 dan 2015.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

a. Bagi Mahasiswa

- Mahasiswa yang memiliki kecemasan ringan sampai sangat berat untuk meminimalkan faktor penyebab kecemasan dan memilih untuk menggunakan mekanisme koping adaptif yaitu mekanisme koping yang mendukung fungsi integrasi, pertumbuhan, belajar dan mencapai tujuan. Kategorinya adalah berbicara dengan orang lain, memecahkan masalah secara efektif, teknik relaksasi, latihan seimbang dan aktivitas konstruktif.
- Meningkatkan beberapa aspek kognisi yang penting bagi kesuksesan pembelajaran dan performa antara lain memperhatikan apa yang perlu dipelajari, memproses informasi secara efektif, memanggil kembali (*retrieve*) informasi dan menunjukkan keterampilan yang sebelumnya telah dipelajari.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

- Peneliti selanjutnya untuk melakukan membentuk asisten penelitian pada tiap angkatan dan melakukan briefing dengan asisten penelitian agar dapat memantau pengisian kuesioner dengan baik dan benar.
- Peneliti selanjutnya untuk melakukan studi pendahuluan penelitian kualitatif yang mempengaruhi kecemasan.

c. Bagi institusi

- Sebagai bahan evaluasi pelaksanaan ujian untuk meminimalisir salah satu penyebab kecemasan yaitu lingkungan dengan cara membuat hari tenang sebelum pelaksanaan ujian.