

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Sumber dukungan yang paling banyak di terima mahasiswa semester akhir fakultas dakwah IAIT Kediri adalah dukungan penghargaan (42,9%), Untuk dukungan yang sedang adalah dukungan instrumental (33,3) Sedangkan yang paling rendah yaitu dukungan informatif (23.8%). Aspek tersebut menghasilkan perhitungan bahwa sebagian besar dukungan sosial mahasiswa semester akhir IAIT Fakultas Dakwah Angkatan 2017 berada pada tingkat sedang yaitu 38%, sedangkan untuk sebagian lain memiliki tingkat dukungan sosial yang rendah 32%, tinggi 16%, sangat tinggi 12% dan sebagian yang lebih kecil lagi memiliki tingkat dukungan sosial sangat rendah 2%.

Untuk hasil analisis kecemasan mahasiswa semester akhir menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki tingkat kecemasan yang sama, yaitu sedang dengan kategorisasi sebanyak 48% dari responden yang telah ditentukan. Sedangkan sebagian yang lain berada pada tingkat sangat tinggi dengan kategorisasi 12%, tinggi 12%, rendah sebesar 22% dan kategori sangat rendah sebesar 6%. Kedua hasil tersebut dapat di interpretasikan bahwa sebenarnya mahasiswa semester akhir IAIT Kediri sudah memenuhi sebagian besar aspek dalam dukungan sosial dan juga aspek yang ada pada kecemasan.

Berdasarkan penelitian ini diperoleh hasil dengan nilai signifikansi 0.049 ($p < 0.05$), yang berarti H_a di terima dan H_0 di tolak. Sehingga dapat disimpulkan

dukungan sosial berpengaruh secara negatif terhadap kecemasan, artinya semakin tinggi dukungan sosial seseorang, maka semakin rendah kecemasan yang di rasakannya.

B. Saran

1. Bagi Subjek yang Diteliti

Berdasarkan hasil penelitian mahasiswa semester akhir memiliki tingkat kecemasan dengan kategori sedang. Mahasiswa diharapkan untuk mampu menurunkan tingkat kecemasannya. Mengetahui perjalanan yang sekarang sedang di jalani, diharapkan mahasiswa menurunkan rasa kecemasannya agar tenang dalam menjalankan skripsinya.

2. Saran untuk Peneliti Lain

a. Bagi peneliti lain yang mungkin tertarik untuk melakukan penelitian seperti ini, penelitian ini hanya meninjau sebagian faktor saja sehingga bagi peneliti selanjutnya diharapkan agar memperhatikan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi dukungan sosial dan kecemasan.

b. Jika ingin menggunakan metode kuesioner maka peneliti dapat mempertimbangkan kembali karena kuesioner memiliki kelemahan yaitu kuesioner bersifat subjektif, tergantung bagaimana subjek menjawab berarti kita anggap benar, sehingga untuk peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode selain ini.

c. Silahkan gunakan populasi dan sampel sejumlah populasi yang ada.

3. Saran untuk Teman dan Lembaga

Pemberian dukungan sosial dapat ditingkatkan, melalui penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial perlu ditingkatkan, baik pihak orang tua, teman dan dosen-dosen, untuk menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Aiman Ummu, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Psikologi Semester IV (Enam) Yang Akan Menghadapi Skripsi." UIN Maulana Malik Ibrahim, Malang, 2016
- Alif Mu'arifah, "*Hubungan Kecemasandan Agresivitas*", *Humanitas: Indonesian Psychological Journal Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, Vol. 2, No. 2, Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan, 2005.
- Arikunto Suharsimi, "*Preosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*", Bandung: Alfabeta, 2010.
- CV. Mubarakatan Toyyibah, Ma'had Tahfidh Yanbu'ul Qur'an Kudus, Al Qur'an dan Terjemahnya.
- Endang Sri Indrawati, Meta Amelia Widya Saputri, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Depresi Pada Lanjut Usia Yang Tinggal Di Panti Wreda Wening Wardoyo Jawa Tengah", *Jurnal Psikologi Undip* Vol. 9, No.1, April 2011.
- Fatmawati Halim, "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Belajar Mahasiswa Pendidikan Dasar", *Journal of Islamic Elementary School*, Vol.2, No.2, 1 Oktober 2019.
- Febriana Wurjaningrum, Ari Prasetyo , "Pengaruh Stres Terhadap Komitmen Mahasiswa-Mahasiswa Universitas Airlangga Untuk Menyelesaikan Pendidikan Mereka Dengan Faktor Kecemasan Sebagai Variabel Moderator", *Fakultas Ekonomi Universitas Airlangga*, Tahun XVIII, No. 3 Desember 2008.
- Firmawati, Sri Wahyuni, "*Self Efficacy dan Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir di Akafarma Banda Aceh*", *Jurnal Serambi PTK*, Volume V, No.2, Desember 2018.
- Fuad A. Jauhar and Agus Eko Sujianto, *Analisa Statistik Dengan Program SPSS* (Tulungagung: Penerbit Cahaya Abadi, 2014).
- Hengki Kumbara, Yogi Metra, Zulpikar Ilham, "*Analisis Tingkat Kecemasan (Anxiety) Dalam Menghadapi Pertandingan Atlet Sepak Bola Kabupaten Banyuasin Pada Porprov 2017*", *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, Vol.17(2), Juli–Desember 2018.
- Jalaluddin Rahmat, *Metode Penelitian Komunikasi*, Bandung: Remaja karya, 2011.
- Lubaba, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Pada Peserta Didik Madrasah Aliyyah Nadhlatul Ulama Banat Kudus

Dengan Intensi Membaca Al Qur'an Sebagai Variabel Moderator“ UIN Maulana Malik Ibrahim,Malang,(2018).

Nurleti Andriyani, Pengaruh Rasa Syukur dan Dukungan Sosial Terhadap Kebahagiaan Remaja Di Panti Asuhan , 2017

Purwanto, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi Dan Pendidikan*, Yogyakarta : Pustaka Belajar.2012.

Sarafino, E. P. . *Health psychology: Biopsychosocial interactions. Sixth Edition*. New (Jersey: John Wiley & Sons, Inc, 2008),

Sri Maslihah, “*Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial Di Lingkungan Sekolah Dan Prestasi Akademik Siswa Smpit Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat*”, *Jurnal Psikologi Undip*, Vol. 10, No.2, Oktober 2011.

Suratmi, Rukman Abdullah, M Taufiq, “Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Hasil Belajar Mahasiswa Di Program Studi Pendidikan Biologi Untirta”, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, *Jurnal Pembelajaran Biologi*, Volume 4, Nomor 1, (2017)

Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, 23 ed. Bandung: Alfabeta, CV. 2016.

Sugiyono, *Sistematika Penelitian*, (Bandung: Alfa Beta, 2000)

Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Rajawali, 1992)

Tia Ramadhani, Djunaedi, Atiek Sismiati S, "Kesejahteraan Psikologis (Psychological Wellbeing) Siswa yang Orangtuanya Bercerai (Studi Deskriptif yang dilakukan pada Siswa di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta)", *Jurnal Bimbingan Konseling*, volume 01. 5 No.01, 2016.

Tri Puji Astuti, Sri Hartati, “Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi”, *Jurnal Psikologi Undip*, Vol.12 No.1, April 2013.