

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini dibahas mengenai kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian, serta saran-saran yang sekiranya bermanfaat bagi peneliti selanjutnya.

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa data penelitian, dapat dilihat bahwa “terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat *self efficacy* dengan tingkat kecemasan menghadapi persaingan untuk mendapatkan pekerjaan”.

Hasil perhitungan memperlihatkan  $r = -0,287$  hal ini menunjukkan adanya hubungan yang negatif, artinya semakin tinggi tingkat *self efficacy* mahasiswa maka semakin rendah tingkat kecemasan menghadapi persaingan untuk mendapatkan pekerjaan, sebaliknya semakin rendah tingkat *self efficacy* mahasiswa maka semakin tinggi tingkat kecemasan menghadapi persaingan untuk mendapatkan pekerjaan. Koefisien determinasi ( $r^2$ ) dari  $r = -0,287^2 = 0,082$ . Artinya,  $r^2 = 0,082$  (8,2%) menginformasikan bahwa sumbangan tingkat *self efficacy* terhadap tingkat kecemasan sebesar 8,2%. Sedangkan sisanya 91,8% dipengaruhi variabel lain yang tidak diteliti, misalnya faktor internal dan faktor eksternal individu.

Hasil perhitungan juga menunjukkan bahwa sebagian besar dari subyek (56%) memiliki tingkat *self efficacy* yang tergolong tinggi dengan tingkat kecemasan yang sedang. Dan tidak ada subyek yang memiliki tingkat kecemasan baik itu tinggi maupun rendah.

## **B. Saran**

Beberapa saran yang dapat diberikan sehubungan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut :

### 1. Bagi pihak Kampus Universitas Muhammadiyah Gresik

Melihat sulitnya mendapatkan informasi tentang lowongan pekerjaan seharusnya pihak kampus menyediakan media informasi (*Job Placement Career Center*) atau bekerjasama dengan perusahaan-perusahaan terkait sehingga memudahkan mahasiswa untuk mendapatkan informasi tersebut.

### 2. Bagi Mahasiswa

Para mahasiswa hendaknya sudah merencanakan karier sejak menjadi mahasiswa baru dan ulet dalam menjalani aktivitas apapun, serta yakin akan kemampuannya untuk menyelesaikan suatu masalah meskipun banyak hambatan demi mendapatkan sesuai dengan apa yang diinginkan. Serta berusaha mengumpulkan berbagai informasi tentang dunia kerja dengan tetap memperhatikan kemampuan yang dimiliki agar tidak terjadi kontraproduktif antara harapan dan realitas.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini merupakan tahap awal, peneliti menyadari disini masih banyak kekurangan. Disarankan pada peneliti lain untuk menambah variabel yang lain, misalnya faktor internal, faktor eksternal dan faktor kognitif individu. Peneliti selanjutnya juga bisa menambah data-data dengan melakukan observasi dan wawancara secara berkala pada sampel yang hendak diteliti untuk mendukung data yang diperoleh dengan alat ukur lain.