

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Sesuai dengan masalah yang dikaji dan berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran umum tentang kecemasan sosial pada siswa kelas X di SMAN 1 Cipatujah secara umum memiliki kecemasan sosial yang rendah sebesar 59% dengan frekuensi 74 orang. Selanjutnya terdapat 34% siswa yang berada pada kategori sedang dengan frekuensi 43 orang, kemudian terdapat 7% siswa yang berada pada kategori tinggi dengan frekuensi 9 orang. Maka dapat disimpulkan bahwa secara umum, siswa kelas X SMAN 1 Cipatujah berada pada kategori rendah. Tetapi masih terdapat siswa yang berada pada kategori sedang dan tinggi. Oleh karena itu, masih banyak siswa yang perlu diminimalisir tingkat kecemasan sosialnya.
2. Perbedaan kecemasan sosial berdasarkan jenis kelamin menunjukkan hasil Sig .231 yang artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan sosial pada siswa laki-laki dan perempuan kelas X SMAN 1 Cipatujah
3. Untuk menurunkan kecemasan sosial pada siswa remaja kelas X SMAN 1 CIPATUJAH disini dengan menggunakan rancangan *Cognitive Behaviour Therapy (CBT)*.

B. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti memberikan rekomendasi sebagai berikut :

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

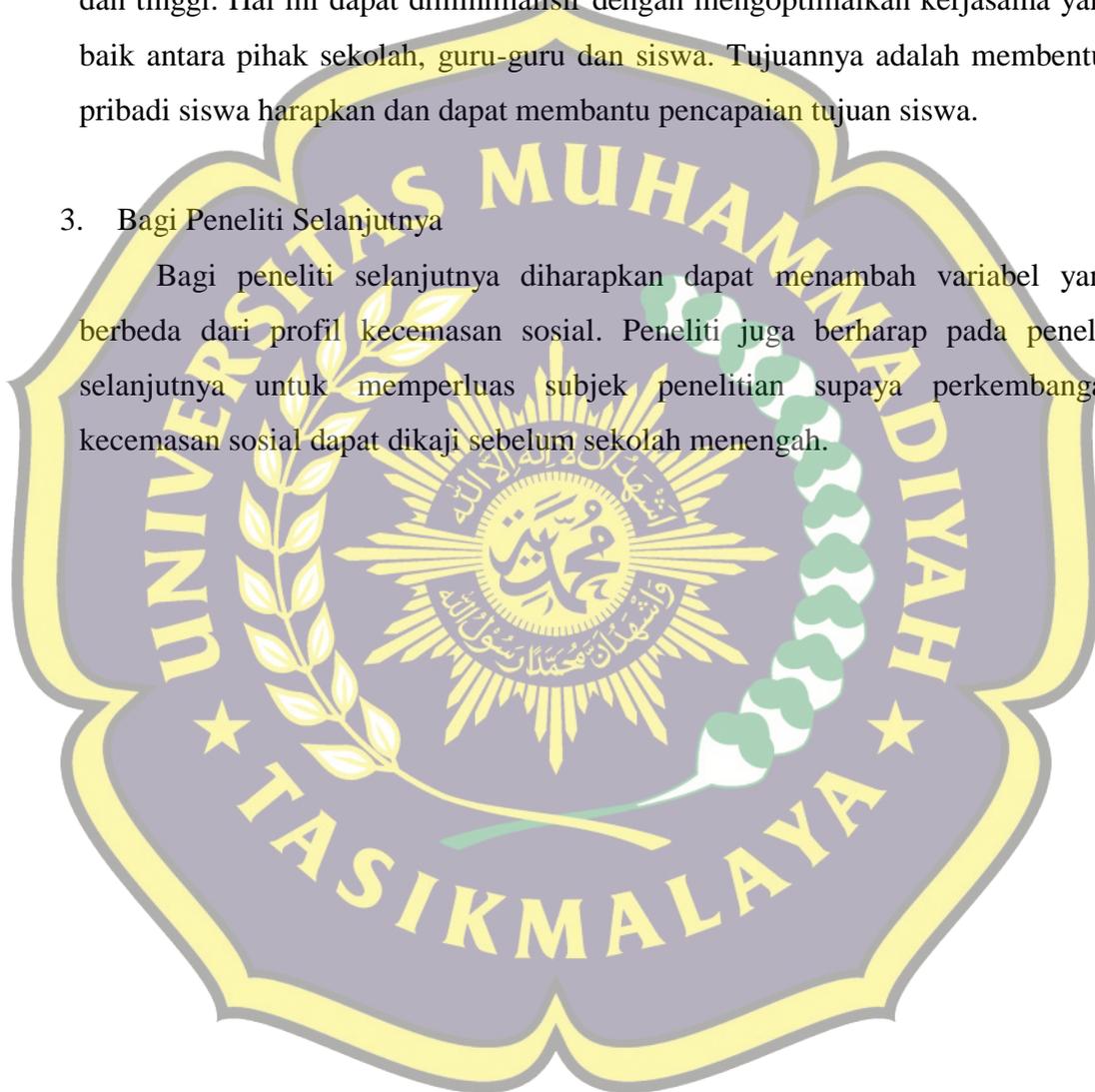
Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan sosial siswa kelas X di SMAN 1 Cipatujah berada pada kategori rendah, sedang dan tinggi. Oleh karena itu, perlu adanya penanganan bagi siswa yang berada pada kategori tinggi.

2. Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sosial siswa kelas X di SMAN 1 Cipatujah masih terdapat siswa yang berada pada kategori sedang dan tinggi. Hal ini dapat diminimalisir dengan mengoptimalkan kerjasama yang baik antara pihak sekolah, guru-guru dan siswa. Tujuannya adalah membentuk pribadi siswa diharapkan dan dapat membantu pencapaian tujuan siswa.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambah variabel yang berbeda dari profil kecemasan sosial. Peneliti juga berharap pada peneliti selanjutnya untuk memperluas subjek penelitian supaya perkembangan kecemasan sosial dapat dikaji sebelum sekolah menengah.



UMTAS