

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa hubungan *self-efficacy* dan *social support* dengan *communication apprehension* pada mahasiswa internasional yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Kategorisasi *self-efficacy* pada mahasiswa internasional di UIN Imam Bonjol Padang berada pada kategori sedang. Hal ini ditunjukkan dengan perolehan kategorisasi variabel dari 32 mahasiswa internasional UIN Imam Bonjol Padang, 19 orang diantaranya memiliki tingkat *self-efficacy* dalam kategori sedang dengan persentase 59,3%. Artinya mahasiswa internasional di UIN Imam Bonjol Padang memiliki keyakinan yang cukup baik dalam menyelesaikan tugas, mengatasi tantangan, dan meraih tujuan akademik.
2. Kategorisasi *social support* pada mahasiswa internasional di UIN Imam Bonjol Padang berada pada kategori tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan perolehan kategorisasi variabel dari 32 mahasiswa internasional UIN Imam Bonjol Padang, 17 orang diantaranya memiliki tingkat *social support* dalam kategori tinggi dengan persentase 53,1%. Artinya mahasiswa internasional di UIN Imam Bonjol Padang memiliki dukungan sosial yang baik.
3. Kategorisasi *communication apprehension* pada mahasiswa internasional di UIN Imam Bonjol Padang berada pada kategori sedang. Hal ini ditunjukkan dengan perolehan kategorisasi variabel dari 32 mahasiswa internasional

UIN Imam Bonjol Padang, 21 orang diantaranya memiliki tingkat *communication apprehension* dalam kategori sedang dengan persentase 65,6%. Artinya mahasiswa internasional di UIN Imam Bonjol Padang tidak memiliki kecemasan berlebihan saat berkomunikasi, tetapi juga tidak sepenuhnya bebas dari rasa cemas.

4. Variabel *self-efficacy* (X1) secara parsial memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel *communication apprehension* (Y). Maka, dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan *self-efficacy* dengan *communication apprehension* pada mahasiswa internasional di UIN Imam Bonjol Padang.
5. Variabel *social support* (X2) secara parsial tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel *communication apprehension* (Y). Maka, dapat disimpulkan bahwa tidak adanya hubungan *social support* dengan *communication apprehension* pada mahasiswa internasional di UIN Imam Bonjol Padang.
6. Variabel *self-efficacy* (X1) dan variabel *social support* (X2) secara bersama-sama memiliki hubungan dengan variabel *communication apprehension* (Y). Maka, dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan *self-efficacy* dan *social support* dengan *communication apprehension* pada mahasiswa internasional di UIN Imam Bonjol Padang.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang peneliti berikan agar dapat dijadikan pertimbangan yang bermanfaat diantaranya adalah:

1. Bagi mahasiswa internasional, disarankan untuk meningkatkan *self-efficacy* dengan belajar dan mempraktikkan cara berbahasa yang efektif secara pribadi dengan media *online* maupun *offline* (kamus atau buku). Pada sebagian mahasiswa internasional kurang percaya diri karena masih mengalami kesulitan dalam memahami dan menggunakan bahasa Indonesia dengan baik saat berinteraksi. Oleh karena itu, juga disarankan untuk lebih sering berlatih berkomunikasi dengan teman-teman di perkuliahan dan aktif berpartisipasi dalam kegiatan akademik maupun sosial yang melibatkan interaksi langsung agar kemampuan bahasa dan kepercayaan diri mereka dapat berkembang secara bersamaan.
2. Bagi UIN Imam Bonjol Padang khususnya lembaga pusat internasional *officer*, diharapkan dukungan sosial yang sudah tinggi pada mahasiswa internasional dapat dipertahankan dan ditingkatkan, misalnya dengan menyediakan program pendampingan, kegiatan lintas budaya, dan layanan konseling bagi mahasiswa internasional. Dukungan sosial yang konsisten akan membuat mahasiswa merasa lebih diterima dan nyaman di lingkungan akademik. Selain itu, disarankan juga menyediakan pelatihan bahasa atau kelas tambahan agar mahasiswa internasional lebih mudah memahami materi perkuliahan dan beradaptasi dengan kampus.
3. Bagi dosen, penting untuk menciptakan suasana belajar yang terbuka dan komunikatif sehingga dapat mengurangi *communication apprehension* yang berada pada tingkat sedang. Pemberian kesempatan berbicara secara bertahap, penggunaan pendekatan pembelajaran yang interaktif, dan umpan

balik positif dapat membantu mahasiswa merasa lebih percaya diri dalam berkomunikasi di kelas. Dosen juga disarankan untuk menggunakan bahasa yang sederhana dan jelas agar mahasiswa internasional yang masih kesulitan memahami bahasa dapat mengikuti pembelajaran dengan lebih baik dan tidak merasa tertekan saat berpartisipasi dalam diskusi kelas.

4. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat memperluas variabel penelitian, misalnya dengan menambahkan faktor lain seperti *cultural adjustment*, *language proficiency*, atau *academic stress*, agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi *communication apprehension* pada mahasiswa internasional.



DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, C., T., & Natalya, L. (2019). Kecemasan Komunikasi: Evaluasi Penggunaan PRCA-24 Versi Bahasa Indonesia. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 35(1), 85–103. <https://doi.org/https://doi.org/10.24123/aipj.v35i1.2884>
- Alhamdu. (2016). *Analisis Statistik dengan Program SPSS*. Palembang: Noer Fikri.
- Ancok, D. (1987). *Teknik Penyusunan Skala Pengukur*. Yogyakarta: Pusat Penelitian Kependudukan UGM.
- Apriyeni, R., & Rozali, Y. A. (2021). Hubungan Self-Efficacy Dengan Communication Apprehension Pada Mahasiswa Di Jakarta. *JCA Psikologi*, 2(3), 264–273.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Reneka Cipta.
- Arnani, N. P. R. (2020). Kecemasan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Thailand di IAIN Tulungagung. *Al-I'lam: Jurnal Komunikasi Dan Penyiaran Islam*, 4(1), 27–34.
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan Validitas (Edisi 4)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi (Edisi 2) (2nd ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy: The Exercise Of Control*. New York: W. H. Freeman & Co, Publishers.
- Baron, R. A. (2008). *Social Psychology*. Boston: Pearson Education.
- Chaplin, J. P. (2000). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Chung, N., Rifayanti, R., & Suhesty, A. (2022). Bagaimana Kaitan Kecemasan Komunikasi Pada Korban Perudungan dengan Dukungan Sosial. *Psikoborneo : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(4), 578–590. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i4>
- Daradjat, Z. (1969). *peranan agama dalam kesehatan mental*. jakarta: Haji Masagung.
- Fitriadi, R. (2021). *Hubungan Self Efficacy dengan Kontrol Diri Terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau [Skripsi]*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

- Ghozali, I. (2013). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan program SPSS (Edisi Ketujuh)*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro
- Ghufron. M. N., & Risnawati. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.
- Jabal. (2010). *Al-Qur'an dan Terjemahan*. Bandung.
- King, L. A. (2014). *The Science Of Psychology: An Appreciative View (3rd Ed.)*. New York: Mcgraw-Hill Education.
- Kuswana, D. (2011). *Metode Penelitian Sosial*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Limbong, S. R., Astuti, W., & Iramadhani, D. (2023). Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Yang Tergabung Dalam Paguyuban Di Universitas Malikussaleh. *Insight: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(4), 626–641. <https://doi.org/https://doi.org/10.29103/uhjpm.v2i1.13420>
- McCroskey, J., C. (1977). Oral Communication Apprehesion: A Summary of Recent Theory and Research. *State the Art*, 4(1), 78–96. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1977.tb0059.x>
- Munir, A. (2016). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Berkomunikasi Dengan Kemampuan Beradaptasi Mahasiswa Asing di Universitas Negeri Medan Tahun Akademik 2013/2014. *Jurnal Diversita*, 2(1), 55–65.
- Muslimin, K., & Maswan. (2021). *Kecemasan Berkomunikasi (Mengatasi Cemas Berkomunikasi Di Depan Publik)*. Yogyakarta: Unisnu Press.
- Nevid, J. S., Rathus. S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal, Edisi Kelima, Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Nisa A, A. W., Yamin, N., & Samsudin, M. (2021). Upaya Mengurangi Kecemasan Komunikasi Pada Mahasiswa Dalam Menghadapi Ujian Seminar Tesis. *Profetika: Jurnal Studi Islam*, 22(2), 331–336.
- Priyatno, D. (2014). *SPSS 22 Pengolah Data Terpraktis*. Yogyakarta: CV Andi Offset
- Purba, A. T., Munir, A., & Surbakti, A. (2022). Hubungan Kepercayaan Diri dan dukungan Sosial dengan Kecemasan Mahasiswa Magister Psikologi Universitas Medan Area dalam Menyelesaikan Tesis. *JEHSS: Journal of Education, Humaniora, and Social Science*, 4(4), 2041–2051. <https://doi.org/10.34007/jehss.v4i4.996>
- Rakhmat, J. (2011). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Rizal, I., & Herawati, I. (2020). Gegar Budaya Ditinjau dari Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Thailand Selatan (Patani). *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(1), 89–100. <https://doi.org/10.33367/psi.v5i1.1081>

- Rogers, N. (2008). *Berani Bicara di Depan Publik*. Bandung: Nuansa.
- Said, K. R., & Eva, N. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Rantau. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call Paper*, 1(1), 152–162.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions (Seventh Ed)*. John Wiley & Sons Inc.
- Sembiring, Y. G. B. (2024). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well Being Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2019 Universitas Medan Area* [Skripsi]. Universitas Medan Area Fakultas Psikologi.
- Shihab, M. Q. (2002). Kesan, Pesan dan Keserasian Al-Qur'an. In *Tafsir Al-Misbah: Vol. Cet. 11, Vol. 15*. Jakarta: Lentera Hati.
- Siregar, S. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana.
- Stanley, M. D. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Dan R&D (19th ed.)*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata, S. (2004). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Usmadi, U. (2020). Pengujian Persyaratan Analisis (Uji Homogenitas Dan Uji Normalitas). *Inovasi Pendidikan*, 7(1), 50–62.
- Widayanti, L., & Aisyah, V. N. (2019). Communication Apprehension Pada Mahasiswa Hukum Dalam Menghadapi Peradilan Semu. *Petanda: Jurnal Komunikasi Dan Humaniora*, 2(1), 9–20.