

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat *self esteem* (harga diri) siswa kelas VII SMP Terpadu Al-Anwar Trenggalek sebagian besar berada dalam kategori yang rendah yaitu sebanyak 65 siswa (63,72%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas VII SMP Terpadu Al-Anwar Trenggalek memiliki penilaian yang negatif tentang dirinya, kurang percaya diri, kurang mampu dalam menyelesaikan masalah dan seringkali mengambil keputusan sendiri.
2. Tingkat *social anxiety* (kecemasan sosial) siswa kelas VII SMP Terpadu Al-Anwar Trenggalek sebagian besar berada dalam kategori yang tinggi yaitu sebanyak 52 siswa (50,98%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas VII SMP Terpadu Al-Anwar Trenggalek selalu memiliki ketakutan akan evaluasi negatif dari orang lain, selalu mengalami distress-baru yang tinggi yakni selalu menghindar ketika berada dalam situasi sosial yang baru dan juga dengan orang-orang baru, merasa malu dan tidak percaya diri.
3. Terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara *self esteem* dengan *social anxiety* pada siswa kelas VII SMP Terpadu Al-Anwar Trenggalek yaitu sebesar -0,533 dan variabel *self esteem* memberikan pengaruh

sebesar 28,4% terhadap variabel *social anxiety*. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat *self esteem* siswa kelas VII SMP Terpadu Al-Anwar Trenggalek maka semakin rendah tingkat *social anxiety*, sebaliknya semakin rendah tingkat *self esteem* siswa kelas VII SMP Terpadu Al-Anwar Trenggalek maka semakin tinggi tingkat *social anxiety*.

## **B. Keterbatasan Penelitian**

1. Hasil penelitian ini terbatas pada populasi tempat penelitian dilakukan, sehingga dapat dilakukan penelitian lagi dengan ruang lingkup yang lebih luas atau dengan karakteristik sampel penelitian yang berbeda.
2. Alat pengumpulan data pada penelitian ini hanya menggunakan angket atau kuesioner saja, sehingga belum dapat mengungkap harga diri dan kecemasan sosial dari responden secara mendalam. Oleh karena itu, perlu digunakan metode lainnya seperti wawancara atau tes kepribadian agar dapat diperoleh hasil dan pembahasan yang lebih mendalam.

## **C. Saran**

1. Bagi Siswa
  - a. Siswa yang memiliki harga diri yang rendah dan sedang, harus berusaha untuk merubah penilaian mengenai diri sendiri menjadi positif, sehingga selalu merasa yakin dalam melakukan sesuatu maupun dalam menghadapi permasalahan yang terjadi. Selain itu, harus berusaha untuk berani mengungkapkan kepada guru di sekolah

apabila merasa kesulitan dalam menghadapi suatu masalah, sehingga siswa tersebut dapat terbantu dalam menemukan cara-cara yang tepat untuk mengatasi permasalahannya.

- b. Siswa yang memiliki kecemasan sosial yang tinggi dan sedang, sebaiknya harus berusaha untuk selalu bersikap *positive thinking* kepada orang lain, melibatkan diri dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan-kegiatan di sekolah. Hal ini dapat memberikan kesempatan yang lebih luas bagi siswa tersebut untuk dapat menjalin hubungan dan interaksi sosial secara efektif dengan teman-teman di sekolah.

## 2. Bagi Pihak Sekolah

- a. Mendorong keberanian siswa untuk bicara kepada guru mengenai masalah-masalah yang sedang dihadapinya ataupun tentang potensi dan minat yang dimilikinya. Hal ini diharapkan agar dapat membantu siswa untuk menemukan solusi dari permasalahan yang sedang dihadapinya dan dapat membantu siswa untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya secara optimal.
- b. Pihak sekolah diharapkan untuk selalu memberikan dukungan kepada siswa untuk meraih prestasi di sekolah dan selalu menghargai usaha yang telah dilakukan oleh siswa. Selain itu, pihak sekolah untuk dapat menciptakan lingkungan sosial yang dapat memberikan penerimaan yang baik kepada siswa agar siswa merasa nyaman untuk berinteraksi dengan teman-temannya ataupun guru-gurunya.