

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan data, peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Kecemasan berkomunikasi yang dialami oleh mahasiswa selama berinteraksi dengan dosen pembimbing dalam bimbingan skripsi terjadi dan meningkat pada dua tahapan yaitu:
 - a. Sebelum melakukan bimbingan skripsi (pra). Saat mahasiswa harus mempertanyakan atau memastikan ketersediaan dosen pembimbing dan menyesuaikan jadwal atau pelaksanaan bimbingan ditandai dengan gejala pada aspek fisiologis yaitu jantung berdebar, kesulitan tidur, dan tidak nafsu makan. Selain itu juga terjadi pada aspek psikologis yaitu *overthinking* atau memikirkan hal-hal yang belum terjadi.
 - b. Saat melakukan bimbingan skripsi. Kecemasan berkomunikasi kemudian meningkat saat mahasiswa harus melakukan bimbingan skripsi, baik secara langsung maupun tidak langsung dengan dosen pembimbing ditandai dengan gejala pada aspek fisiologis seperti jantung berdebar, keringat berlebih, dan gemetar atau tremor. Selain itu juga pada aspek psikologis berupa kesulitan berkonsentrasi, dan *blank* atau lupa sesaat.
2. Kecemasan berkomunikasi yang dialami mahasiswa dalam bimbingan skripsi bukanlah merupakan refleksi dari kepribadian mahasiswa, namun didasari oleh

konteks, audiens, dan situasi saat melakukan komunikasi. Tipe-tipe kecemasan yang peneliti temukan antara lain:

- a. *Context-based Communication Apprehension* (berdasarkan konteks), mahasiswa merasa lebih cemas untuk melakukan komunikasi secara langsung daripada komunikasi tidak langsung.
 - b. *Audiens-based Communication Apprehension* (berdasarkan audiens), mahasiswa merasa cemas untuk berkomunikasi karena dosen pembimbing memiliki jabatan yang disegani di kampus dan merupakan seorang profesor.
 - c. *Situational Communication Apprehension* (berdasarkan situasi), mahasiswa mengalami kecemasan berkomunikasi saat mendapat *feedback* yang kurang baik dari dosen pembimbing dan ketika dosen pembimbing terlalu memperhatikan saat mahasiswa sedang berbicara.
3. Faktor-faktor yang memicu kecemasan berkomunikasi dalam bimbingan skripsi antara lain:
- a. *Subordinate status* (status bawahan), mahasiswa merasa bahwa status, posisi, dominasi, serta ilmu pengetahuannya jauh di bawah dosen pembimbing.
 - b. Pandangan mahasiswa terhadap karakter dosen pembimbing. Kecemasan berkomunikasi tidak selalu timbul karena karakter negatif dosen pembimbing yang dipikirkan mahasiswa, namun disiplin atau tegas yang merupakan karakter positif juga dapat membuat mahasiswa semakin merasa cemas untuk berkomunikasi.

- c. Kegagalan komunikasi sebelumnya. Mahasiswa memiliki rasa khawatir dan takut untuk mengulangi kesalahan yang sama membuatnya lebih berhati-hati dalam berkomunikasi lagi.
 - d. Ketidakteragaman. Perbedaan pendapat yang membuat mahasiswa merasa tertekan dan cenderung menyetujui permintaan dosen pembimbing serta mengesampingkan ide yang sebenarnya diinginkan oleh mahasiswa.
4. Kecemasan berkomunikasi yang dialami mahasiswa dalam bimbingan skripsi juga nyatanya memiliki dampak, antara lain:
- a. *Avoidance Communication* (Penghindaran Komunikasi). Mahasiswa cenderung menghindari bimbingan skripsi. Hal ini juga berdampak pada durasi penyelesaian skripsi dan waktu kelulusan mahasiswa.
 - b. *Internal Discomfort* (Ketidaknyamanan Internal). Mahasiswa merasa malu dan kurang percaya diri akibat kecemasan berkomunikasi yang dialaminya mengganggu kelancaran proses bimbingan skripsi.
 - c. *Communication Disruption* (Gangguan Komunikasi). Mahasiswa mengalami kesulitan dalam merespon perkataan dosen pembimbing, serta menunjukkan gelagat yang tidak biasa untuk menutupi kecemasannya.
 - d. *Overcommunication* (Komunikasi Berlebih). Kecemasan berkomunikasi juga menyebabkan mahasiswa cenderung terlalu banyak membicarakan hal-hal yang sebenarnya tidak penting untuk menutupi rasa cemasnya.
 - e. Memberlambat Durasi Penyelesaian Skripsi. Durasi penyelesaian skripsi lebih lama dan mahasiswa tidak dapat lulus tepat waktu.

Dari pengalaman selama proses komunikasi dalam bimbingan skripsi, mahasiswa mengutarakan proses yang ideal terutama untuk mengurangi kecemasan berkomunikasi adalah dengan memotivasi diri sendiri untuk segera menyelesaikan pengerjaan skripsi dengan memiliki pandangan positif terhadap dosen pembimbing, rutin bimbingan dan memperbaiki komunikasi dengan dosen pembimbing. Secara keseluruhan, penelitian ini menyoroti pentingnya memahami dan mengatasi kecemasan berkomunikasi dalam bimbingan skripsi untuk meningkatkan efektivitas komunikasi antara mahasiswa dan dosen pembimbing, serta memperlancar proses penyelesaian skripsi.

5.2 Saran

Saran yang dapat peneliti berikan untuk perkembangan pada penelitian selanjutnya berdasarkan hasil penelitian kecemasan berkomunikasi pada interaksi mahasiswa dengan dosen pembimbing dalam bimbingan skripsi di Surabaya adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi panduan bagi studi selanjutnya yang memiliki topik serupa mengenai kecemasan berkomunikasi pada interaksi mahasiswa dengan dosen pembimbing dalam bimbingan skripsi.
2. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan fokus yang lebih mendalam pada pengaruh dan dampaknya, serta dapat dilakukan pada kota lain dengan skala yang lebih besar dan informan yang lebih variatif berdasarkan pengembangan dengan konsep serta teori lainnya yang terbaru.
3. Penelitian ini dapat menjadi acuan refleksi dan bahan evaluasi dari masing-masing pihak yang terlibat dalam proses bimbingan skripsi yaitu mahasiswa dan

dosen pembimbing terutama dalam membangun komunikasi yang baik sehingga proses dari awal hingga akhir bimbingan skripsi bisa berjalan lancar mahasiswa dapat menyelesaikan skripsinya dengan tepat serta dosen juga dapat maksimal dalam pendampingannya.