

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Maka berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa :

1. Tingkat kecemasan karier mahasiswa akhir Fakultas Dakwah UIN SMH Banten Tahun 2022 angkatan 2018 berada pada kategori sedang. Berdasarkan indikator mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan karier kategori sedang pada indikator : reaksi fisik, pemikiran dan suasana hati. Sedangkan indikator perilaku, secara umum mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah UIN SMH Banten tahun 2022 berada pada kategori rendah. Selain itu tingkat kecemasan karier pada Program Studi yang ada di Fakultas Dakwah pada Program studi Komunikasi Penyiaran Islam (KPI) dan Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam (PMI) termasuk pada kategori rendah sedangkan pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam termasuk pada kategori sedang.
2. Berdasarkan hasil penelitian tingkat kecemasan karier mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah UIN SMH Banten Tahun 2022, maka implikasi terhadap pelayanan bimbingan dan konseling yang peneliti sarankan adalah berupa program bimbingan dan konseling seperti : layanan konseling individual dengan beberapa teknik dan pendekatan seperti Pendekatan Terapi Rasional Emotif (TRE), Pendekatan (SFBC) , Teknik Cognitive Behavior Therapy (CBT) dan Terapi Salat Dhuha. Serta juga konseling kelompok dengan Pendekatan Rasional Emotif Terapi (RET) menggunakan

teknik *Live Model* dan bimbingan karier, dengan harapannya bisa mengurangi kecemasan karier pada individu tersebut.

B. Saran

Maka dari hasil penelitian tersebut dapat diberikan saran kepada beberapa pihak sebagai berikut :

1. Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir

- a. Mahasiswa sendiri dapat diharapkan lebih mengetahui tentang keadaan kecemasan karier serta mempersiapkan perencanaan di masa depan sehingga tidak terlalu khawatir tentang karier yang akan dijalani.
- b. Mahasiswa dapat mengetahui tentang teknik atau treatment yang perlu dilakukan dalam mengatasi kecemasan yang ada pada dirinya.

2. Bagi Perguruan Tinggi

Perguruan tinggi pada dasarnya diharapkan memberikan wawasan serta informasi terkait karier misalkan mengadakan seminar atau juga bisa mengadakan job fair untuk memudahkan bagi para mahasiswa yang nanti hendak lulus dalam pencarian kerja.

3. Bagi Dosen

Untuk dosen harapannya memberikan informasi-informasi tentang persiapan menghadapi dunia kerja sehingga harapannya kecemasan karier bisa berkurang.

4. Bagi Peneliti selanjutnya

- a. Peneliti diharapkan dapat lebih mendalami penelitian ini seperti teknik apa yang bisa digunakan untuk mengurangi kecemasan karier yang ada pada penelitian ini, sehingga nantinya bisa mengetahui teknik dan pendekatan apa yang

cocok dalam mengurangi kecemasan pada mahasiswa Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

- b. Peneliti selanjutnya bisa mengembangkan hasil dan data pada penelitian yang sudah di lakukan pada penelitian ini, juga bisa digunakan sebagai acuan penelitian yang Relevan.