

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN  
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA SURABAYA**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya sebagai syarat  
penyusunan Skripsi dalam Program Studi S-1 Psikologi



**Disusun Oleh:**

Gardina Aulia Fajrin (J71218043)

**Dosen Pembimbing:**

Dr. dr. Siti Nur Asiyah, M.Ag  
NIP. 197209271996032002

**PROGAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**

**2022**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya mengatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "Hubungan Efikasi Diri dan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Surabaya" merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 13 Agustus 2022

  
  
Gardina Aulia Fajrin

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

**Hubungan Efikasi Diri dan Kepercayaan Diri pada Kecemasan Berbicara di Depan Umum  
terhadap Mahasiswa Surabaya**

**Oleh:**

**Gardina Aulia Fajrin**

**NIM: J71218043**

**Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Skripsi**

**Surabaya, 10 Agustus 2022  
Dosen Pembimbing**



**Dr. dr. Siti Nur Asiyah, M.Ag  
NIP. 197209271996032002**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN  
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA  
SURABAYA**

Disusun oleh:

Gardina Aulia Fajrin  
J71218043

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji pada Tanggal 12 Agustus 2022

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Prof. Dr. Abdul Muhiid, M.Si  
NIP. 197502052003121002

Susunan Tim Penguji  
Penguji I

Dr. dr. Siti Nur Asiyah, M.Ag  
NIP. 197209271996032002

Penguji II

Dr. S. Khorriyatul Khotimah, M. Psi, Psikolog  
NIP. 197711162008012018

Penguji III

Estri Kusumawati, M.Kes  
NIP. 198708042014032003

Penguji IV

Ria Qadariah Arief, M.Kes  
NIP. 198703142014032001



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA  
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax. 031-8413300  
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Gardina Aulia Fajrin  
NIM : J71218043  
Fakultas/Jurusan : Psikologi / Psikologi dan Kesehatan  
E-mail address : gardinalaifa65@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :  
☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan Efikasi Diri dan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di depan Umum pada Mahasiswa Surabaya.

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 29 September 2022

Penulis

(GARDINA AULIA FAJRIN)  
nama terang dan tanda tangan

## INTISARI

Penelitian bertujuan untuk dapat mengetahui hubungan secara parsial serta simultan antara efikasi diri dan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Alat pengumpulan data menggunakan skala kecemasan berbicara di depan umum, skala efikasi diri dan skala kepercayaan diri. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 348 mahasiswa Surabaya dengan teknik *Purposive Sampling*, dengan kriteria yaitu mahasiswa aktif yang berkuliah di perguruan tinggi Surabaya yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linier berganda dengan bantuan IBM SPSS Statistic 24. Hasil penelitian ini menunjukkan secara parsial bahwa tidak terdapat hubungan antara efikasi diri dan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum dengan nilai  $0,904 > 0,05$ , Namun secara parsial pada variabel kepercayaan diri terdapat hubungan dengan variabel kecemasan berbicara di depan umum dengan nilai  $0,000 < 0,05$ . Nilai signifikansi dalam pengujian simultan sebesar 79,759 dengan nilai signifikansinya sebesar  $0,000 < 0,05$ . Hasil penelitian ini didapatkan terdapat 31,7% subjek mengalami kecemasan berbicara di depan umum dikarenakan faktor kurangnya efikasi diri dan kepercayaan diri. Dengan demikian hipotesis penelitian ini diartikan semakin tinggi efikasi diri dan kepercayaan diri maka akan semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum.

**Kata Kunci : Efikasi Diri, Kepercayaan Diri, dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum.**

UIN SUNAN AMPEL  
SURABAYA

## **ABSTRAK**

*This study aims to determine the partial and simultaneous relationship between self-efficacy and self-confidence with public speaking anxiety in Surabaya students. This research uses correlational quantitative research methods. The data collection tool used a public speaking anxiety scale, self-efficacy scale and self-confidence scale. The subjects in this study were 348 Surabaya students using the Purposive Sampling technique, with the criteria being active students studying at Surabaya universities who experienced public speaking anxiety. Hypothesis testing in this study using multiple linear regression analysis with the help of IBM SPSS Statistic 24. The results of this study partially show that there is no relationship between self-efficacy and self-confidence with anxiety in public speaking with a value of  $0.904 > 0.005$ , but partially on the variable self-confidence has a relationship with the variable of public speaking anxiety with a value of  $0.000 < 0.05$ . The significance value in the simultaneous test is 79.759 with a significance value of  $0.000 < 0.05$ . The results of this study found that 31.7% of subjects experienced public speaking anxiety due to a lack of self-efficacy and self-confidence. Thus, the hypothesis of this study means that the higher the self-efficacy and self-confidence, the lower the anxiety of public speaking.*

**Keywords: Self-Efficacy, Confidence, and Anxiety in Public Speaking.**

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR ISI

|                                                        |      |
|--------------------------------------------------------|------|
| PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....                   | ii   |
| HALAMAN PERSETUJUAN.....                               | iii  |
| HALAMAN PERSEMBAHAN .....                              | iv   |
| KATA PENGANTAR .....                                   | v    |
| INTISARI .....                                         | vii  |
| ABSTRAK.....                                           | viii |
| BAB 1 PENDAHULUAN .....                                | 1    |
| A. Latar Belakang .....                                | 1    |
| B. Rumusan Masalah.....                                | 12   |
| C. Keaslian Penelitian.....                            | 12   |
| D. Tujuan Penelitian .....                             | 20   |
| E. Manfaat Penelitian .....                            | 20   |
| F. Sistematika Pembahasan.....                         | 21   |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA.....                             | 22   |
| A. Kecemasan Berbicara.....                            | 22   |
| a) Pengertian Kecemasan Berbicara.....                 | 22   |
| b) Aspek-aspek Kecemasan Berbicara di Depan Umum ..... | 23   |
| c) Faktor Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....       | 25   |
| B. Efikasi Diri.....                                   | 30   |
| a) Pengertian Efikasi Diri.....                        | 30   |
| b) Aspek Efikasi diri .....                            | 31   |
| c) Faktor Efikasi diri .....                           | 32   |
| C. Kepercayaan Diri .....                              | 33   |
| a) Pengertian KepercayaanDiri .....                    | 33   |
| b) Aspek Kepercayaan Diri .....                        | 34   |

|                                                                                                                     |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| c) Faktor Kepercayaan Diri .....                                                                                    | 37  |
| D. Hubungan Efikasi Diri Dan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Surabaya..... | 38  |
| a) Hubungan efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum .....                                             | 39  |
| b) Hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum .....                                         | 41  |
| c) Hubungan Efikasi diri dan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....                        | 43  |
| E. Kerangka Teoritik .....                                                                                          | 45  |
| F. Hipotesis .....                                                                                                  | 47  |
| BAB III METODE PENELITIAN .....                                                                                     | 48  |
| A. Rancangan Penelitian.....                                                                                        | 48  |
| B. Identifikasi Variabel.....                                                                                       | 48  |
| C. Definisi Operasional .....                                                                                       | 49  |
| D. Populasi,Teknik Sampling`dan Sampel .....                                                                        | 53  |
| 1. Populasi.....                                                                                                    | 53  |
| 2. Sampel.....                                                                                                      | 54  |
| 3. Teknik Sampling.....                                                                                             | 55  |
| E. Instrumen Penelitian .....                                                                                       | 56  |
| F. Analisis Data .....                                                                                              | 70  |
| BAB IV PEMBAHASAN.....                                                                                              | 75  |
| A. Hasil Penelitian .....                                                                                           | 75  |
| B. Pengujian Hipotesis .....                                                                                        | 95  |
| C. Pembahasan.....                                                                                                  | 98  |
| BAB V PENUTUP .....                                                                                                 | 105 |
| A. Kesimpulan .....                                                                                                 | 105 |
| B. Saran .....                                                                                                      | 106 |
| DAFTAR PUSTAKA .....                                                                                                | 108 |

## DAFTAR TABEL

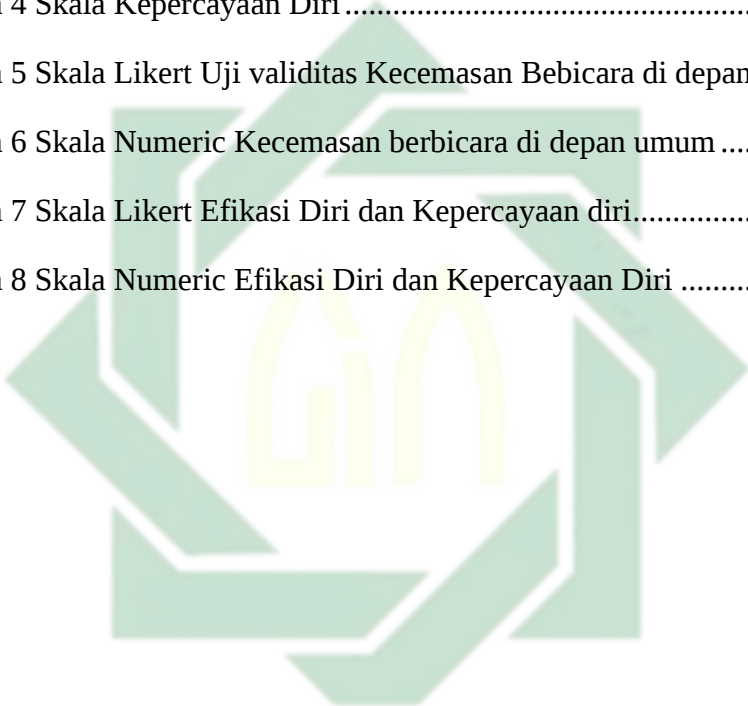
|                                                           |    |
|-----------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1 Gambar Diagram Data Awal .....                    | 10 |
| Tabel 2 Isaac dan Michael .....                           | 55 |
| Tabel 3 Skala Likert.....                                 | 56 |
| Tabel 4 Blueprint kecemasan berbicara di depan umum ..... | 57 |
| Tabel 5 Blueprint skala efikasi diri .....                | 58 |
| Tabel 6 Blueprint Skala Kepercayaan Diri .....            | 59 |
| Tabel 7 Validitas Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....  | 62 |
| Tabel 8 Skala kecemasan berbicara di depan umum .....     | 63 |
| Tabel 9 Validitas efikasi diri.....                       | 65 |
| Tabel 10 Skala Efikasi Diri.....                          | 66 |
| Tabel 11 Validitas Kepercayaan Diri.....                  | 67 |
| Tabel 12 Skala Kepercayaan Diri .....                     | 68 |
| Tabel 13 Reabilitas .....                                 | 69 |
| Tabel 14 pengelompokkan jenis kelamin.....                | 77 |
| Tabel 15 pengelompokkan perguruan tinggi.....             | 78 |
| Tabel 16 pengelompokkan Semester .....                    | 84 |
| Tabel 17 Analisis Deskriptif .....                        | 86 |
| Tabel 18 Kategorisasi .....                               | 87 |
| Tabel 19 Kategori Kecemasan Berbicara di depan umum.....  | 88 |
| Tabel 20 Kategori Efikasi Diri.....                       | 88 |
| Tabel 21 Kategori Kepercayaan diri .....                  | 89 |
| Tabel 22 Uji Normalitas.....                              | 90 |
| Tabel 23 Uji Linieritas .....                             | 91 |

|                                        |    |
|----------------------------------------|----|
| Tabel 24 Uji Multikolinieritas .....   | 93 |
| Tabel 25 Uji Heterokesdestisitas.....  | 94 |
| Tabel 26 Uji Statistik T Parsial ..... | 95 |
| Tabel 27 Uji Statistik F Simultan..... | 97 |
| Tabel 28 Koefisien Determinasi .....   | 98 |



## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                              |     |
|------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1 Petunjuk Pengisian Kuesioner .....                                | 115 |
| Lampiran 2 Skala Kecemasan Berbicara di depan Umum.....                      | 116 |
| Lampiran 3 Skala Efikasi Diri.....                                           | 118 |
| Lampiran 4 Skala Kepercayaan Diri .....                                      | 119 |
| Lampiran 5 Skala Likert Uji validitas Kecemasan Berbicara di depan umum .... | 124 |
| Lampiran 6 Skala Numeric Kecemasan berbicara di depan umum .....             | 135 |
| Lampiran 7 Skala Likert Efikasi Diri dan Kepercayaan diri.....               | 147 |
| Lampiran 8 Skala Numeric Efikasi Diri dan Kepercayaan Diri .....             | 161 |



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. LATAR BELAKANG**

Dalam kehidupan selalu berdampingan dengan adanya interaksi antar individu, saling membutuhkan satu sama lain, serta berusaha dalam mempererat hubungan dengan saksama melalui komunikasi. Adanya proses komunikasi yang dilalui saat ini individu bisa menyalurkan informasi, konsep, ide pikiran, apa yang dirasakan, ilmu pengetahuan, perbuatan serta sikap kepada saksamanya, sebagai penerima dan penyampai komunikasi. Komunikasi membuat seorang individu dapat mengerti atau memahami, mendengarkan, melihat, merasakan mengenai dirinya sendiri, serta interaksi dengan lingkungan sekitarnya dari mengumpulkan informasi dan menyampaikan informasi sampai terselesaikan suatu masalah (Harianti, 2014).

Terdapat sebuah penelitian yang menunjukkan terdapat 70% dalam kehidupan sehari-hari manusia dilakukan untuk berkomunikasi, sehingga dapat ditelusuri bahwa kualitas hidup manusia ditentukan oleh adanya komunikasi (Kasih & Sudarji, 2012). Maka dari itu, komunikasi yang terjadi hampir dilalui sebagian proses dalam kehidupan setiap individu. Kualitas hidup manusia ditentukan dengan adanya komunikasi, serta mempunyai kemampuan didasari kecakapan komunikasi yang efektif,

untuk memberikan ide pikiran, gagasan serta pengetahuan pada yang menerima (Haedar, 2021).

Dalam dunia pendidikan proses pembelajaran akan efektif, jika komunikasi dan interaksi antara guru dengan siswa terjadi secara intensif. Guru dapat merancang model-model pembelajaran sehingga siswa dapat belajar secara optimal. Dalam pembelajaran di dalam kelas proses komunikasi akan berlangsung baik antara guru ke siswa dalam hal ini peserta didik atau sebaliknya antara peserta didik dengan guru atau pendidik (Nur Inah Ety, 2015). Dalam aktivitas pendidikan, komunikasi juga mempunyai peran yang sangat penting dan strategis dalam membangun interaksi dan menyampaikan pesan edukatif, berupa materi belajar dari pendidik kepada peserta didik agar materi belajar dapat diterima dan dicerna dengan baik, dapat berpengaruh terhadap pemahaman dan perubahan tingkah laku peserta didik (Ujang Mahadi, 2021).

Seorang mahasiswa memiliki tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas-tugasnya di perguruan tinggi yang sedang di tempuhnya. Salah satunya berkaitan dengan komunikasi seperti diskusi atau presentasi. Dunia pendidikan tidak akan lepas dari aktivitas berkomunikasi, karena tidak ada suatu kegiatan pun dalam pendidikan yang dapat dilakukan tanpa komunikasi (D. N. D. Saputri, 2021).

Mahasiswa mempunyai kewajiban dalam mengerjakan tugasnya mulai dari bidang akademik hingga di luar bidang akademik yang pastinya bergantung erat pada komunikasi. Yang dimaksud dengan tugas di luar

bidang akademik ketika mengikuti sebuah organisasi atau serangkaian acara yang biasanya dilakukan secara berkelompok membutuhkan komunikasi agar tercapai tugas-tugasnya. Begitu juga dengan tugas akademik yang terdiri dari belajar, tugas kuliah, serta mempresentasikan hasil tugasnya yang berkaitan erat dengan komunikasi. Ketika proses belajar di kelas, mahasiswa diminta agar dapat mengikuti kelas dengan aktif misalnya mulai dari aktif berdiskusi dengan teman-temannya dan dosen, bertanya atau menjawab pertanyaan, serta mempresentasikan hasil tugasnya baik itu tugas kelompok maupun individu.

Sebab mahasiswa dapat terbiasa dalam melatih kecakapan dalam hal memberikan pendapat serta mempertajam kemampuan komunikasinya (Sumardi, 2017).

Selain itu, mahasiswa juga dituntut untuk bisa menjadi pendengar, yang berbicara, serta menjadi pemeran media yang berpengalaman dalam berbagai latar, seperti latar dalam interaksi sosial, lingkungan kelas, lingkungan kerja, atau organisasi di kampus. Pada latar kelas, dibutuhkannya proses pembelajaran yang melibatkan komunikasi secara verbal ataupun non verbal anantara dosen dengan mahasiswa begitupun sebaliknya (Deviyanthi, Ni Made Ferra Sarah & Wideasavitri, 2016). Keahlian dalam mengungkapkan isi pikirannya secara lisan diubah menjadi kalimat yang dapat dimengerti oleh pendengar menjadikan mahasiswa mempunyai keahlian penguasaan dalam dirinya dengan baik. Salah satu masalah yang terjadi dihadapi mahasiswa ketika timbulnya rasa

takut yaitu ketika gagal menyampaikan isi pemikirannya secara lisan. Ketika melakukan berbicara di depan umum, mereka dituntut agar berani berbicara dengan menyampaikan informasi dengan sejelas-jelasnya. Hal tersebut membuat mahasiswa menimbulkan perasaan cemas (Bayhaqi, dkk. 2017).

Kecemasan merupakan suatu keadaan psikologis atau bentuk emosi seseorang berupa stres, khawatir, cemas dengan perasaan mengancam akan terjadi sesuatu yang buruk di masa yang akan datang. Gejala yang ditimbulkan saat cemas disertai sensasi fisik dan timbul perasaan khawatir, ketakutan, serta gelisah yang dapat dirasakan oleh semua individu dengan tingkatan yang berbeda-beda dan adanya. Kecemasan merupakan variabel penting dalam sebagian besar teori kepribadian. Poin yang saling bertentangan, menjadi bagian yang tak terhindarkan dari kehidupan, kecemasan sering dianggap sebagai komponen utama dari aspek kepribadian (Karuawan, 2019). Kecemasan yang dapat terjadi ketika berbicara di depan umum dalam kondisi yang berbeda serta baru, menjadikan individu menjadi cemas (Muslimin, 2013).

Terjadinya kendala dalam berkomunikasi mempunyai arti berbeda karena adanya penyimpangan pesan, yang menjadikan terhalangnya penerima pesan (Chandra, 2015). Salah satu sebab tidak terjadinya komunikasi yang intensif pada individu adalah adanya gejala kecemasan komunikasi (Communication Apprehension). Kecemasan komunikasi merupakan bentuk reaksi negatif dari individu berupa kecemasan yang

dialami seseorang ketika berkomunikasi, baik komunikasi antar pribadi, komunikasi di depan umum, maupun komunikasi massa (Prabowo & Fatonah, 2014). Berberapa mahasiswa merasakan kecemasan ketika mengutarakan pikirannya dengan lisan, baik ketika diskusi kelompok, menanyakan atau menjawab pertanyaan dosen, dan presentasi tugas di depan kelas. Hal tersebut merupakan kegiatan yang menuntut mahasiswa aktif dalam berbicara di dalam kelas, ketika mahasiswa cemas berbicara di depan kelas, berdiskusi atau saat melakukan presentasi maka terdapat hambatan komunikasi (Anwar, 2012).

Kecemasan yang terjadi pada mahasiswa ketika melakukan presentasi di depan kelas akan berpengaruh pada keterampilan bicaranya. Hal ini dapat diperkuat dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ririn, Asmidir, and Marjohan (2013) yang membahas hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling FIP UNP angkatan 2011. Dari penelitian tersebut dihasilkan data bahwa setengah dari subjek penelitian 42,65% mengalami kecemasan berbicara di depan umum kategori tinggi. Dari presentase tersebut bahwa semakin rendah keterampilan komunikasinya maka semakin tinggi kecemasan berbicara saat presentasi atau di depan umum.

Dikutip dari suara.com bahwa kecemasan berbicara ketika melakukan *public speaking*, presentasi atau menyampaikan informasi di depan umum dapat disebabkan beberapa faktor, menurut Ascharisa

Mettastya salah satu Dosen Ilmu Komunikasi Universitas Tidar Magelang berpendapat bahwa kebanyakan mahasiswanya cemas ketika berbicara di depan umum karena salah satunya disebabkan ketidakpercayaan diri serta belum yakin dengan dirinya (efikasi diri) untuk menyampaikan pemikirannya secara lisan dengan berbicara di depan umum. Selain itu, munculnya gugup ketika melakukan presentasi disebabkan adanya reaksi dari stimulus individu kemudian dapat memunculkan perasaan cemas dan ketidakpercayaan diri saat melakukan presentasi (Minggu, 22 Juni 2021. 10.45 WIB).

Menurut Bandura efikasi diri sebagai keyakinan pada individu mengenai kemampuan agar dapat mencapai tugasnya. Individu akan menetapkan tujuan serta mempertahankan komitmennya (Flammer, 2015). Menurut (Saputri, 2021) adanya hubungan efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Ketika individu memiliki efikasi diri yang tinggi, maka individu tersebut memiliki kepribadian yang gigih dan mampu bertahan menghadapi tekanan. Myers (dalam Riani & Rozali (2014) Berpendapat bahwa terdapat pengaruh kecemasan pada seseorang salah satu faktornya ialah efikasi diri. Seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi maka akan tidak terlihat mudah cemas, tanggap, dan tidak tertekan dalam menghadapi sesuatu. Myers (dalam Sumardi, 2017) juga menambahkan pendapatnya bahwa seseorang dengan efikasi diri yang tinggi memiliki fokus yang teratur dan tidak mudah cemas atau depresi pada bidang pendidikan.

Hal tersebut didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Jendra & Sugiyo, (2020) mengenai Pengaruh Efikasi Diri (Efikasi diri) Terhadap Kecemasan Presentasi Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Wuryantoro yang menemukan bahwa adanya pengaruh efikasi diri dengan kecemasan berbicara saat presentasi sebesar 8,6%, sedangkan hasil dari pengaruh faktor lain yang tidak dilakukan penelitian ini sebesar 91,4%. Dari hasil presentase tersebut dianalisis bahwa dari penelitian ini adanya pengaruh signifikan efikasi diri terhadap kecemasan berbicara saat presentasi. Semakin mempunyai efikasi diri tinggi, maka semakin rendah kecemasan berbicara saat presentasi. Maka hal dari faktor dari kecemasan berbicara di depan umum salah satunya ialah efikasi diri.

Kecemasan berbicara di depan kelas ketika presentasi salah satunya disebabkan ketidakpercayaan diri atau tidak yakin dengan dirinya (Wahyuni, 2014). Anthony berpendapat bahwa kepercayaan diri merupakan sikap pada diri individu yang dapat menerima kenyataan, dapat menumbuhkan kesadaran diri, berfikir positif, mempunyai jiwa mandiri serta memiliki kemampuan dalam mencapai tugasnya (Nasution et al., 2020). Hal tersebut dapat dibuktikan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Lisantias et al. (2019) mengenai hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa pendidikan sejarah UKSW Salatiga. Hasil penelitian tersebut menyebutkan bahwa kepercayaan diri berpengaruh pada kecemasan berbicara ketika di depan umum. Pengalaman seseorang yang mengalami

faktor kecemasan berbicara di depan umum dapat dilihat dari seberapa banyak pengalaman melakukan berbicara di depan banyak orang.

Menurut Rakhmat (2012: 107) bahwa faktor dari hambatan berkomunikasi atau berbicara ialah kurangnya kepercayaan diri. Ketika seseorang kurang percaya diri ia akan menghindari situasi komunikasi seperti melakukan berbicara di depan umum atau melakukan presentasi di depan kelas. Mereka merasa takut salah dan disalahkan oleh orang lain. Ketika melakukan diskusi, mereka lebih banyak diam dan ketika terdesak maka akan berbicara secara terputah-putah. Hal tersebut dibuktikan penelitian yang dilakukan oleh (Khoriroh, 2018) pengaruh kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum sebanyak 82,8%, sedangkan sisanya 17,2% terdapat faktor atau variabel lain yang mempengaruhi individu ketika berbicara di depan umum.

Alasan peneliti memilih mahasiswa menjadi subjek penelitian, diambil teori mengenai masa dewasa menurut Jahja (2011) menjelaskan masa yang berkisar usia 21 sampai 40 tahun, perkembangan pada masa dewasa awal memiliki tugas dalam mencapai suatu keberhasilan baik dalam bidang pendidikan, karir, dan keluarga (Sari, 2021). Keberhasilan pada mahasiswa akhir pada bidang pendidikan yaitu menyelesaikan tugas akhirnya dengan memberikan presentasi yang baik pada dosen penguji. Masa dewasa awal merupakan suatu masa yang penuh dengan kreativitas, pola hidup yang baru, perubahan nilai-nilai, dan ketegangan emosional (Putri, 2018). Ketegangan emosional merupakan keadaan dimana

seseorang tidak mampu mengendalikan suasana hatinya dalam kondisi apapun, dan mempengaruhi kecemasan pada individu. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya penelitian yang dilakukan oleh Sugiarto, (2017) bahwa semakin rendah kestabilan emosi semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum.

Ketika mahasiswa melakukan berbicara di depan umum seperti di depan dosen dan teman-temannya, mahasiswa akan berusaha memberikan penyampaian sebaik mungkin maka diperlukan komunikasi yang jelas dan mudah dipahami. Keterampilan berbicara yang baik akan mempengaruhi jelas atau tidaknya penyampaian isi pemikiran kita yang akan memengaruhi hasil tugas pada mahasiswa. Rendahnya cemas ketika berbicara di depan umum akan meningkatkan keterampilan dalam berbicara pada mahasiswa, maka hal tersebut sangat penting karena dapat menunjang dan menjadikan bekal kesuksesan dalam kedepannya seperti karir, melanjutkan pendidikan, dan lain-lain (Khoriroh, 2018).

Karena hal tersebut terdapat dalam dalil Al-Qur'an surah Al-Qasas ayat 34 menjelaskan mengenai pentingnya keterampilan berbicara dalam kehidupan yang berbunyi,

وَأَخِي هَارُونُ هُوَ أَفْصَحُ مِنِّي لِسَانًا فَأَرْسَلْهُ مَعِيَ رِدْءًا  
يُصَدِّقُنِي إِنِّي أَخَافُ أَنْ يُكَذِّبُون

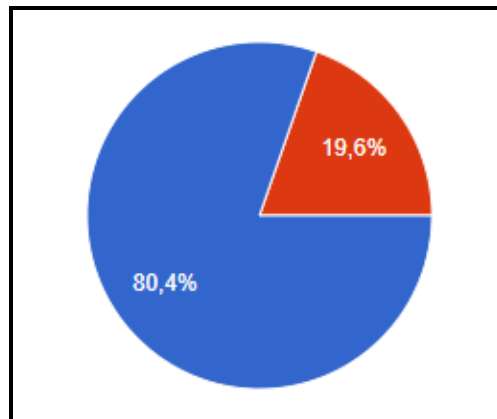
*“Dan saudaraku Harun, dia lebih fasih lidahnya daripada aku, maka utuslah dia bersamaku sebagai pembantuku untuk membenarkan*

(perkataan)ku; sungguh, aku takut mereka akan mendustakanku.” (QS.Al Qasas 28:34).

Makna ayat surah Al-Qasas ayat 34 menjelaskan kemampuan dalam berbicara dengan jelas dan fasih akan memberikan keterampilan berbicara serta memberikan informasi dengan sebenar-benarnya. Ketika terjadi hambatan dalam berbicara salah satunya mengalami kecemasan saat berbicara, maka akan berpengaruh pada informasi yang disampaikan.

Peneliti memilih mahasiswa Surabaya sebagai subjek penelitiannya. Data yang diambil dari Badan Statistik Provinsi Jawa Timur menunjukkan adanya perubahan jumlah mahasiswa Surabaya dari tahun ke tahun. Pada tahun 2018-2020 sebanyak 807.696 mahasiswa Surabaya yang tercatat di Badan Statistik Provinsi Jawa Timur dan mengalami perubahan jumlah mahasiswa Surabaya setiap tahunnya. Dari data tersebut, peneliti melakukan *survey* data awal mengenai seberapa banyak mahasiswa Surabaya yang mengalami kecemasan berbicara saat presentasi. Peneliti melakukan *survey* data awal menggunakan kuesioner yang dilakukan pada tanggal 19-20 Mei 2022 menggunakan *Google Form*.

**Tabel 1 Gambar Diagram Data Awal**



Hasil *survey* data awal sebanyak 56 responden mahasiswa Surabaya yang mengisi kuesioner tersebut. Data menunjukkan presentase sebanyak 85,7% mahasiswa Surabaya cemas ketika hanya berdiri di depan banyak orang. Namun, mahasiswa yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum saat presentasi terdapat 80,4%. Data tersebut menjelaskan bahwa mahasiswa Surabaya yang cemas ketika berdiri di depan banyak orang belum tentu cemas ketika berbicara di depan umum. Penyebab mahasiswa cemas ketika berbicara di depan umum saat presentasi ialah presentase menunjukkan sebanyak 85,7% cemas ketika presentasi mendapatkan pertanyaan atau pernyataan yang sulit baginya untuk menjawab dan sebanyak 83,9% mahasiswa lega (tentram) ketika tidak mendapatkan pertanyaan atau pernyataan saat presentasi.

Rogers dalam Bayhaqi dkk. (2017) menjelaskan bahwa kecemasan berbicara di depan umum memiliki 3 macam gejala, yaitu gejala fisik, mental, dan emosional. Data yang didapat dari *survey* penelitian menunjukkan bahwa 82,1% mengalami gejala fisik, lalu sebanyak 66,1% mengalami gejala mental, dan terdapat 51,8% mengalami gejala

emosional. Namun, adanya presentase menunjukkan 14,3% tidak dapat mengatasi kecemasan berbicara di depan umum serta tidak ada pengaruh ketika menerima support dari sekitar.

Berdasarkan fenomena di atas yang di dapat dengan menggunakan *survey* data awal sebanyak 80,4% dari 56 responden mahasiswa Surabaya yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum saat presentasi. Peneliti tertarik untuk membahas lebih dalam terkait “hubungan efikasi diri dan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum saat presentasi pada mahasiswa Surabaya”.

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat dirumuskan fokus utama dalam penelitian ini antara lain sebagai berikut:

1. Adakah hubungan efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum saat presentasi pada mahasiswa Surabaya?
2. Adakah hubungan kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum saat presentasi pada mahasiswa Surabaya?
3. Adakah hubungan efikasi diri dan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum saat presentasi pada mahasiswa Surabaya?

## **C. KEASLIAN PENELITIAN**

Sebelum penelitian ini dilakukan, peneliti sebelumnya menjadi sumber referensi beserta tuntunan dalam penelitian. Penelitian kecemasan

berbicara di depan umum sudah banyak diteliti dari berbagai perspektif, penelitian ini berfokus pada dua variabel X dan variabel Y yaitu efikasi diri (X1) dan Kepercayaan diri (X2) dengan kecemasan berbicara di depan umum (Y) dimana masih sedikit pembahasan keterkaitan antara ketiga variabel tersebut dibahas.

Pada penelitian ini memfokuskan pada subjek mahasiswa Surabaya dimana belum ada peneliti fokus pada mahasiswa Surabaya. Selain itu, waktu, subjek, dan tempat penelitian yang juga menjadi pembeda pada penelitian ini. Pada pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dimana peneliti menggunakan kriteria yang berbeda yaitu terdapat kriteria khusus (sampel) yang berfokus pada subjek yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum.

Berikut beberapa penelitian terdahulu yang dijadikan referensi dalam penelitian ini.

1. Penelitian yang pertama ditulis oleh (Nor Fatmah, Hemy Heryati Anward, 2021) tentang Peran efikasi diri dan kepercayaan diri terkait kecemasan berbicara di depan umum. Pengambilan sampel yang dilakukan peneliti menggunakan teknik sampling kuota dimana diambil sebanyak 60 perwakilan mahasiswa PGSD Universitas Lambung Mangkurat angkatan 2014. Hasil penelitian tersebut menyatakan semakin tinggi efikasi diri mahasiswa PGSD, maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum, begitupun sebaliknya.

2. Penelitian terdahulu yang ditulis oleh Bárkányi, (2021) yang menjelaskan mengenai Motivasi, keyakinan efikasi diri, dan kecemasan berbicara dalam bahasa di platform Mooc. Data yang dianalisis dalam penelitian ini mengungkapkan korelasi negatif yang kuat antara keyakinan efikasi diri dan kecemasan berbicara bahasa asing (FLSA). Pelajar dengan keyakinan efikasi diri yang lebih tinggi menunjukkan lebih sedikit kecemasan berbicaranya dan pelajar dengan penilaian efikasi diri yang lebih rendah menunjukkan lebih banyak kecemasan berbicara. Metode yang digunakan menggunakan kuantitatif dan kualitatif. Subjek yang dipilih adalah peserta Mooc pada iterasi ketiga kursus bahasa Spanyol yang berjumlah 35.644 peserta.
3. Penelitian ini ditulis oleh Riani & Rozali (2014) mengenai hubungan antara efikasi diri dan kecemasan saat presentasi pada mahasiswa universitas esa unggul. Pengambilan sampel yang dilakukan peneliti menggunakan teknik propotionatre random, cara acak tanpa memperhatikan strata dalam populasi. Subjek yang dituju adalah mahasiswa di semua fakultas universitas esa unggul. Penulisan yang dibuat menunjukkan hasil adanya hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan. Diartikan bahwa semakin tinggi efikasi diri mahasiswa universitas esa unggul maka, semakin rendah tingkat kecemasannya.

4. Penelitian selanjutnya ditulis oleh Deviyanthi & Widiyasavitri (2016) dengan judul hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan komunikasi dalam mempresentasikan tugas di depan kelas. Pengambilan sampel yang dilakukan peneliti menggunakan teknik random sampling yang berfokus pada subjek mahasiswa psikologi Universitas Udayanan dan Dhayana Putra angkatan 2014. Hasil yang diperoleh didapat bahwa nilai koefisien korelasi adalah sebesar -0,735. Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan kecemasan komunikasi dalam mempresentasikan tugas di depan kelas. Yang artinya jika efikasi diri sangat tinggi, maka kecemasan akan semakin rendah.
5. Penelitian ini ditulis oleh Harianti (2014) dengan judul Hubungan Antara Efikasi diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Wisnuwardhana Malang. Pengambilan sampel yang dilakukan peneliti menggunakan teknik propotional random sampling pada mahasiswa Psikologi Wisumadhana Malang. Menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi universitas Wisnuwardhana Malang. Yang berarti semakin tinggi efikasi diri mahasiswa fakultas psikologi Universitas Wisnuwardhana Malang, maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum.

6. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Lisantias et al. (2019) dengan judul penulisannya hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa prodi pendidikan sejarah UKSW salatiga. Pengambilan sampel yang dilakukan peneliti menggunakan teknik total sampling dengan pengambilan sebanyak 80 Mahasiswa dari 100 Mahasiswa pada prodi pendidikan Sejarah UKSW Salatiga. Diperoleh hasil bahwa hipotesa peneliti diterima, dimana terdapat hubungan negatif yang signifikan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Pendidikan Sejarah UKSW Salatiga, yang mana artinya semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan berbicara didepan umum.
7. Penelitian ini ditulis oleh Sumardi Christa R. S. (2017) dengan judulnya hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara saat melakukan presentasi di kelas pada mahasiswa fakultas psikologi universitas kristen satya wacana salatiga angkatan 2016. Pengambilan sampel yang dilakukan peneliti menggunakan teknik sampling jenuh dimana mengambil semua sampel pada populasi yang dituju. Menunjukkan hasil terdapat hubungan yang negatif signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara saat melakukan presentasi di kelas pada mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW Salatiga angkatan 2016. Yang dapat diartikan, semakin tinggi efikasi diri maka semakin

rendah kecemasan seseorang dalam berbicara saat melakukan presentasi.

8. Penelitian yang dilakukan oleh Susanto Melinda (2018) yang berjudul Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana. Pengambilan sampel yang dilakukan peneliti menggunakan teknik purposive sampling fokus pada mahasiswa prodi psikologi dimana memiliki beberapa kriteria yaitu mahasiswa angkatan 2016, menjalani kuliah 1,5 tahun, proses adaptasi mahasiswa yang baru saja masuk perkuliahan. Ditunjukkan hasil bahwa adanya hubungan negatif yang kuat dan signifikan antara tingkat Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana. Artinya, semakin tinggi percaya diri maka akan semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum yang dialaminya.
9. Penelitian terdahulu ini ditulis oleh Himmah Faiqotul (2020) dengan judul Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Uin Maulana Malik Ibrahim Malang. Pengambilan sampel yang dilakukan peneliti menggunakan teknik simple random sampling pada mahasiswa psikologi di UIN Maulana Malik Ibrahim yang berjumlah 230 diambil menjadi 57 subjek. Hasil yang diperoleh bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di

depan umum, semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum berada pada hasil kategori kuat.

10. Penelitian terdahulu diteliti oleh Sri Juwita, Ivan Muhammad Agung (2020) yang berjudul Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa. Peneliti berfokus pada subjek mahasiswa semua jurusan di universitas abdurrab yang berjumlah 1657. Peneliti mengambil 10% dari jumlah tersebut dan menjadi 166 subjek yang diambil. Hasil yang didapat terdapat hubungan signifikan dan positif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di muka umum pada mahasiswa. Semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan berbicara di muka umum pada mahasiswa
11. Penelitian terdahulu ini dilakukan oleh Wahyuni (2014) dengan judul hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa psikologi. Peneliti mengambil subjek mahasiswa psikologi di Universitas Mulawarman angkatan 2009 dan 2010 diambil menjadi 79 subjek. Hasil yang diperoleh terdapat hubungan negatif yang berarti semakin tinggi kepercayaan diri pada mahasiswa, maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum.
12. Penelitian yang dilakukan oleh Tridinanti, (2018) yang berjudul *The Correlation between Speaking Anxiety, Self-Confidence, and Speaking Achievement of Undergraduate EFL Students of Private University in*

*Palembang* melakukan penelitian mengenai hubungan kecemasan berbicara, kepercayaan diri, serta prestasi belajar dengan populasi mahasiswa semester V Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris Perguruan Tinggi Swasta di Palembang tahun ajaran 2017-2018. Peneliti menggunakan *convenience non-random sampling* untuk pengambilan sampel yang didapat sebanyak 28 mahasiswa. Hasil yang diperoleh terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel kepercayaan diri dengan prestasi belajar. Artinya, semakin tinggi kepercayaan diri, semakin tinggi prestasi berbicara. Temuan ini juga mengungkapkan bahwa kecemasan berbicara memiliki korelasi yang tidak signifikan dan dapat diabaikan dengan pencapaian berbicara. Hasilnya juga menunjukkan bahwa kepercayaan diri adalah prediktor yang secara signifikan lebih kuat untuk pencapaian berbicara daripada kecemasan berbicara.

13. Penelitian yang dilakukan oleh Mede (2017) dengan judul *The Predictor Roles of Speaking Anxiety and English Self Efficacy on Foreign Language Speaking Anxiety* mengenai Peran Prediktor Kecemasan Berbicara dan Efikasi Diri Bahasa Inggris pada Kecemasan Berbicara Bahasa Asing meneliti mahasiswa swasta fakultas pendidikan yang berkomunikasi berbahasa inggris di Turki. Sebanyak 205 responden, 174 perempuan dan 31 laki-laki. Hasil yang didapat bahwa efikasi diri dan kecemasan berbicara memainkan peran prediktif yang kuat dalam kecemasan berbicara bahasa asing.

#### **D. TUJUAN PENELITIAN**

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui korelasi antara ketiga variabel yaitu diantaranya:

1. Agar dapat mengetahui adakah hubungan efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum saat presentasi pada mahasiswa Surabaya.
2. Agar dapat mengetahui adakah hubungan kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum saat presentasi pada mahasiswa Surabaya.
3. Agar dapat mengetahui adakah hubungan efikasi diri dan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum saat presentasi pada mahasiswa Surabaya.

Penelitian kali ini diharapkan dapat menambah wawasan dan referensi pada peneliti mengenai efikasi diri, kepercayaan diri, dan kecemasan berbicara di depan umum.

#### **E. MANFAAT PENELITIAN**

Hasil penelitian diharapkan bermnafaat untuk :

1. Menambah wawasan penulis serta pembaca mengenai faktor terjadinya kecemasan berbicara di depan umum ketika presentasi.
2. Bahan kajian bagi peneliti selanjutnya dapat menambah variabel lain serta membahas lebih dalam fokus penelitian ini.

## **F. SISTEMATIKA PEMBAHASAN**

Sistematika pembahasan yang akan dibahas di penelitian ini nantinya akan dikategorikan sebagai lima bab yang terdiri dari BAB I hingga BAB V dimana uraian bab tersebut antarlain sebagai berikut.

Pertama dimulai dari BAB I yang berisikan pendahuluan yang didalamnya terdiri dari beberapa sub bab yaitu dimulai dari penjelasan latar belakang, rumusan masalah, keaslian penelitian, tujuan dan manfaat penelitian serta sistematika pembahasan.

Selanjutnya BAB II yang berisikan mengenai kajian pustaka dimana bab tersebut terbagi menjadi beberapa bagian lagi yaitu variabel terikat (Y) yaitu Kecemasan berbicara di depan umum, variabel bebas (X1) yaitu Efikasi diri, variabel bebas (X2) Kepercayaan diri, hubungan antar variabel, kerangka teoritik, dan hipotesis.

Kemudian BAB III yang berisikan bagaimana metode penelitian penelitian ini yang juga terbagi menjadi beberapa point yakni rancangan penelitian, identifikasi variabel penelitian, definisi operasional, populasi, teknik sampling, dan sampel, instrumen penelitian serta analisis data.

Berikutnya BAB IV yang membahas mengenai hasil penelitian yang terdiri dari beberapa sub bab diantaranya adalah hasil penelitian, pengujian hipotesis, pembahasan.

Terakhir BAB V yang berisikan tentang penutupan yang terdiri dari dua point yakni kesimpulan serta saran.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. KECEMASAN BERBICARA

##### a) Pengertian Kecemasan Berbicara

Kecemasan berbicara di depan banyak orang banyak dialami oleh mahasiswa. Biasanya permasalahan ini terjadi karena adanya ketidakmampuan mahasiswa saat berhadapan dengan banyak individu yang lainnya ketika di depan umum. Mahasiswa mulai merasa cemas saat berada di depan banyak orang. Mahasiswa beranggapan bahwa berada di hadapan banyak orang membuat khawatir ketika mendapat kritikan atau mendapat penilaian negatif, kurangnya percaya diri atau malu, menjadi lupa apa saja yang akan dibicarakan, takut menjadi gagal, dan takut terhadap yang tidak tahu akan terjadi atau takut karena dari pengalaman masa lampau yang buruk (V. F. Saputri & Indrawati, 2017).

Sedangkan Philips (dalam Ririn et al., 2013) menyebutkan kecemasan berbicara di depan banyak orang menggunakan istilah *reticence*, yang merupakan kurangnya kemampuan dalam mengembangkan komunikasi dengan individu lainnya karena disebabkan adanya ketidakmampuannya dalam menyalurkan pesan dengan sempurna dan baik, biasanya ditandai dengan reaksi fisiologis serta psikologis. Tiap-tiap gejala yang diperlihatkan saat mengalami

kecemasan berbicara di depan banyak orang tidak dapat beraksi sendiri, namun tiap gejala akan saling terhubung. Seseorang yang cemas ketika berbicara di depan umum atau banyak orang biasanya rekasinya pada aspek psikologisnya, dan akan dapat berpengaruh aspek fisiologis serta kognitif semua gejala yang muncul tersebut akan saling bertimbal balik satu dengan lainnya.

**b) Aspek-aspek Kecemasan Berbicara di Depan Umum**

Menurut Rogers (dalam Bayhaqi, dkk. 2017) dalam Terdapat gejala ketika berbicara di depan umum telah dibagi menjadi tiga aspek diantaranya:

- a. Gejala pada aspek fisik yang dapat dirasakan dapat sebelum seseorang berbicara di depan banyak orang, misalnya: jantung yang semakin berdegup kencang, otot yang kejang, berkeringat berlebihan, gemetar, dan sebagainya.
- b. Gejala dengan aspek proses mental biasanya terjadi ketika seseorang tengah melakukan berbicara di depan umum, misalnya: hilangnya fokus sehingga sulit mengingat fakta dengan tepat, lupa dengan kalimat yang penting, pengulangan kalimat atau kata yang sama.
- c. Gejala pada aspek emosional biasanya mengiringi atau mendampingi gejala pada proses mental serta fisik, misalnya: merasakan malu dan ketidakpercayaan diri, perasaan takut, serta panik sebelum melakukan berbicara di depan banyak orang, dan

seseorang akan merasakan hilang kendali saat berbicara di depan umum atau banyak orang.

Terdapat pengaruh kecemasan berbicara di depan umum yang dipengaruhi oleh empat aspek menurut Semium Y (dalam Wahyuni, 2014) diantaranya:

a. Aspek pada suasana hati.

Aspek ini memiliki gangguan pada kecemasan ialah yang pasti mempunyai kecemasan, ketegangan, khawatir, dan rasa panik. Seseorang ketika mengalami cemas akan merasakan perasaan menghadapi musibah atau hukuman yang akan datang padanya yang berasal dari sumber yang tidak diketahui. Aspek pada suasana hati yang lain ialah merasakan depresi dan emosional yang mudah naik dan tak menentu.

b. Aspek pada kognitif.

Aspek ini pada gangguan kecemasan memperlihatkan keprihatinan serta khawatir mengenai hukuman yang dicegah oleh seseorang, contohnya seseorang yang merasa takut dalam ditengah keramaian (agoraphobia), memakan banyak waktu untuk mengkhawatirkan akan sesuatu yang buruk (mengerikan) yang mungkin bisa terwujud serta mencoba membuat rencana untuk menghindari hal tersebut.

c. Aspek pada somatik.

Aspek somatik pada kecemasan dibagi menjadi dua aspek kelompok yang pertama aspek langsung yang terjadi pada mulut kering, keringat, denyut nadi yang cepat, nafas pendek, kepala berdenyut, tekanan darah meningkat, serta ketegangan otot. Aspek kecemasan berkepanjangan seperti kepala terasa sakit, tekanan darah meningkat kronis, serta gangguan pada usus (pencernaan terganggu, dan rasa sakit pada perut) bisa terjadi.

d. Aspek motor.

Seseorang ketika cemas merasa gelisah, gugup, aktivitas motorik menjadi tanpa tujuan, contohnya kaki yang mengetuk tanpa arti, dan mudah terkejut terhadap suara yang muncul tiba-tiba. Aspek ini adalah pemaparan mengenai rancangan somatik tinggi pada seseorang serta rancangan atau taksir kognitif. Hal tersebut adalah usaha agar dapat melindungi diri dari sesuatu yang dianggap ancaman (Wahyuni, 2014).

Berdasarkan diatas disimpulkan dalam penelitian ini menggunakan 3 aspek dari rogers yaitu aspek fisik, mental, dan emosional. Dari ketiga aspek tersebut yang akan dijabarkan menjadi indikator penelitian.

**c) Faktor Kecemasan Berbicara di Depan Umum**

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan individu mengalami kecemasan berbicara di depan umum saat presentasi (Deviyanthi, Ni Made Ferra Sarah & Wideasavitri, 2016), diantaranya:

a. Asertifitas

Menurut Gunarsa, (2007: 215) Perilaku individu yang memperlihatkan sifat kejujuran, keterbukaan pemikiran dan perasaan. Asertif memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri pada kondisi dan lingkungan sehingga meminimalisir adanya kecemasan ketika kita berbicara di depan umum.

b. Konsep Diri

Menurut Rakhmat (2012: 102) konsep diri merupakan dimana individu memberikan label pada dirinya yang dapat memengaruhi perilaku komunikasi kita. Ketika memiliki konsep diri yang positif terhadap pandangan berbicara di depan umum saat presentasi, maka akan menghasilkan penyampaian komunikasi yang baik sehingga dapat mengatasi kecemasan berbicara di depan umum.

c. Berpikir Positif

Memiliki peran yang penting sebab agar individu menerima situasi yang tengah dihadapi secara lebih positif (Kholidah & Alsa, 2012). Maka sangat berpengaruh dalam keterampilan komunikasi ketika presentasi.

d. Kepercayaan Diri

Kemampuan dalam menghadapi sesuatu dengan yakin merupakan sikap percaya diri. Ketika memiliki kepercayaan diri yang tinggi, individu akan sangat jarang merasakan cemas

karena yakin akan keputusan serta tanggung jawab yang ia pilih termasuk keterampilan berbicara di depan umum.

e. Tingkat efikasi diri individu

Menurut Nevid (dalam Jendra, 2020) efikasi diri bagian dari faktor penyebab kecemasan yang dapat memengaruhi keyakinan individu. Kemampuan individu dalam menghadapi situasi, kondisi lingkungan yang dianggap sebagai persaingan, serta kondisi fisik dan emosi individu yang menunjukkan keyakinan individu akan kemampuan dirinya. Ketika individu tidak memiliki keyakinan pada dirinya maka akan memengaruhi kemampuan berbicara di depan umum saat presentasi.

Senada dengan pernyataan tersebut Bandura (2012) hal yang dapat meredakan kecemasan antara lain efikasi diri yang artinya suatu perkiraan individu terhadap kemampuannya sendiri dalam mengatasi situasi. Selain itu, faktor kognitif, biologis, dan kausal. Faktor kognitif dapat berperan terhadap munculnya kecemasan karena pemikiran memiliki pengaruh terhadap munculnya sikap atau perilaku pada individu.

Penelitian yang dilakukan oleh Muslimin (2013) mengemukakan bahwa terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum diantaranya:

a. Faktor *degree of evaluation*

Faktor yang menyebabkan terjadinya kecemasan berbicara di depan umum. Faktor ini biasanya disebut faktor tingkat evaluasi yang mengevaluasi mahasiswa itu sendiri mengenai persepsinya dalam menilai diri sendiri menyerap kontribusi dengan baik pada rasa cemas saat berbicara di depan umum pada mahasiswa.

Hal tersebut dipahami mengenai persepsi mahasiswa tentang menempatkan dirinya ketika berkomunikasi, khawatir saat akan menerima pesan, serta kepercayaan diri individu yang merupakan indikator dalam persepsi mahasiswa itu sendiri. Adanya penilaian tidak harus bermakna menjatuhkan harga diri individu, namun penilaian juga dapat membenarkan atau mengangkat individu menjadi lebih baik.

b. Faktor *subordinate status*

Hal tersebut terjadi pada kecemasan berbicara memperlihatkan kebanyakan mahasiswa mengalami kecemasan berbicara di depan umum. Petunjuk dalam *subordinate status* yang tinggi ditandai dengan sulit berkonsentrasi, perasaan takut yang tinggi sebelum memulai, gelisah dan kurang rileks saat berbicara di depan

umum. Petunjuk tersebut menggambarkan mengenai seseorang yang tidak percaya diri saat berhadapan dengan orang lain yang lebih berkompeten sehingga merasa dirinya tidak mampu.

c. Faktor *lack of communication skills and experience*

Kata lainnya adalah kurang berpengalaman merupakan faktor yang terpenting untuk membentuk kemampuan dalam berbicara. Seseorang yang bingung untuk memulai dari mana dan tidak tahu apa yang dilakukan ketika memulai untuk berbicara sehingga sulit untuk mengungkapkan. Oleh karena itu, dilakukannya latihan dan mencari pengalaman untuk mengatasi kecemasan berbicara tersebut. Pelatihan dalam berkomunikasi itu juga penting untuk menambah pengalaman. Pentingnya pengetahuan mengenai komunikasi yang memberikan arahan kapan seseorang dapat memulai dan mengakhiri pembicaraannya.

Dari teori faktor di atas disimpulkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum memiliki banyak faktor diantaranya asertifitas, konsep diri, berpikir positif, percaya diri, efikasi diri, penilaian diri, dan pengalaman. Namun, hal yang dapat meningkatkan kecemasan yaitu kondisi internal individu, dukungan sosial, pengalaman, dan pendidikan (Jendra & Sugiyo,

2020). Pada penelitian ini peneliti memilih 2 faktor sebagai variabel bebas yaitu efikasi diri (X1) dan Kepercayaan diri (X2).

## **B. EFIKASI DIRI**

### **a) Pengertian Efikasi Diri**

Efikasi diri merupakan bagian dari teori mengenai kognitif sosial. Teori ini mengacu pada keyakinan individu dalam kemampuan mereka untuk melakukan tugas yang diberikan (Bandura, 2012). Tingginya efikasi diri seseorang biasanya memiliki keyakinan diri yang tinggi pula dan memiliki kemampuan dalam mencapai tujuannya. Ketika seseorang memiliki efikasi diri rendah, maka seseorang akan mudah menyerah. Namun jika mempunyai efikasi diri tinggi, maka akan berusaha dengan keras untuk sampai pada tujuannya.

Albert Bandura mengemukakan efikasi diri yang merupakan bagian dari teorinya yaitu teori mengenai kognitif sosial. Teori belajar sosial menurunkan teori mengenai kognitif sosial. Teori sosiologi menjelaskan bahwa ketika individu tertarik untuk mempelajari perilaku tertentu, mereka belajar dengan mengamati dan menirunya. Asumsinya ialah ketika individu akan beradaptasi beserta faktor-faktor yang menguntungkan di lingkungan mereka, sambil berusaha mengubah faktor-faktor yang tidak mereka sukai (Lianto, 2019).

Efikasi diri dan Percaya diri merupakan variabel yang berbeda yang selalu digunakan secara bergantian (Cramer et al., 2009).

Menurut Mujiadi (2003: 86) efikasi diri menyertakan dasar kesehjahteraan bagi individu. Efikasi diri menjadikan penentu dalam mencapai keberhasilan dalam menyelesaikan tugasnya atau perfomansi. Selain itu, merupakan sebuah keyakinan yang bersifat subjektif bagi individu yang mampu dalam memecahkan sebuah permasalahan atau tugas, dan melakukan perlakuan yang dibutuhkan agar mencapai tujuan atau menyelesaikan tugasnya.

Dari definisi di atas bahwa efikasi diri merupakan hal penting pada kehidupan, sebab efikasi diri berperan dalam menentukan serta menakhluikkan berupa aspek dalam kehidupan manusia, efikasi diri mendefinisikan dan memberikan pengaruh banyak pada aspek kehidupan kita, termasuk kemampuan kita untuk mengatasi stresor, agar dapat beradaptasi dengan baik di lingkungan yang baru serta mendapat prestasi di akademik.

#### **b) Aspek Efikasi diri**

Menurut Bandura (dalam Fitriadi, 2021) terdapat tiga aspek efikasi diri yang ditemukan oleh Bandura berikut beberapa aspek efikasi diri:

##### **1. *Level* (Tingkatan)**

Individu mempunyai tingkat yang berbeda ketika mengatasi berbagai masalah dan mempunyai cara yang berbeda juga. Individu akan melakukan sesuatu untuk mengatasinya sesuai

dengan kemampuannya dan menghindarkan dari tugas yang menurutnya sulit atau di luar kemampuan.

## 2. *Strength* (Kekuatan)

Setiap individu memiliki berbagai masalah yang dihadapinya. Individu dapat menyelesaikan dengan kepercayaan dalam dirinya, masalah yang terjadi sesuai dengan keyakinan serta kemampuannya yang dimiliki.

## 3. *Generality* (Keadaan umum)

Individu mempunyai keyakinan dalam dirinya dalam mengatasi berbagai rintangan masalah melalui berbagai cara. Individu memiliki ukuran sejauh mana individu dapat menghadapi masalah yang dilaluinya (Jannah, 2021).

Berdasarkan teori aspek di atas menyimpulkan terdapat aspek Level (tingkatan), *Strenght* (kekuatan), dan *Generality* (Keadaan umum). Dari 3 aspek tersebut yang akan dijadikan aspek dalam penelitian.

### c) **Faktor Efikasi diri**

Bandura (dalam Riani & Rozali, 2014) mengatakan bahwa pengalaman keberhasilan, pengalaman orang lain, persuasi sosial, fisiologis dan emosional menjadi faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri. Di dalam faktor yang mempengaruhi efikasi diri adalah faktor emosional, dimana emosional mengendalikan individu ketika mengalami kecemasan berbicara di depan umum.

### C. KEPERCAYAAN DIRI

#### a) Pengertian KepercayaanDiri

Percaya diri merupakan hal penting yang di butuhkan oleh setiap mahasiswa. Sehingga mahasiswa dapat memenuhi kewajibannya dalam memenuhi tugasnya tanpa mengalami kecemasan saat berbicara di depan umum. Kemampuan untuk berbicara di depan umum juga diperlukan oleh setiap individu agar dapat menjalankan kebutuhannya menjadi lebih baik (Lisanias et al., 2019).

Menurut Ghufro dalam Nasution et al., (2020) kepercayaan diri merupakan kemampuan individu dalam mengatasi suatu masalah dengan situasi terbaik dan. Selain itu, Lauster juga berpandangan kepercayaan diri didapat dari pengalaman hidup juga. Kepercayaan diri didefinisikan sebagai pengakuan individu atas kemampuannya sendiri, mencintaidirinya sendiri dan menyadari emosinya sendiri. Rasa percaya diri juga bisa digambarkan sebagai perasaan baik sebagai hasil dari memperdalam emosi positif. Sementara itu, keadaan perasaan baik dapat dijelaskan sebagai kesepakatan dengan diri sendiri dan dengan orang-orang di sekitar (Susanto, 2018).

Menurut Yusuf Luxory dalam Rustanto (2017) Kepercayaan diri adalah hasil perbaruan anatra pikiran dan perasaan yang menghasilkan perasaan tulus terhadap diri sendiri. Percaya diri merupakan sikap percaya akan kemampuannya yang didapat dengan membantu seseorang agar memandang dirinya positif serta realistis. Selain itu,

percaya diri juga dipengaruhi oleh tingkat dan keterampilan yang dimilikinya.

Menurut Bandura dalam Cramer et al. (2009) perbedaan diantara dua variabel tersebut kepercayaan diri memiliki sifat yang tidak memiliki target kepastian, luas dan umum. Sedangkan efikasi diri lebih pada memiliki target dituju dan memiliki sifatnya yang khusus mencakup sesuatu yang lebih spesifik. Kepercayaan diri merupakan keyakinan yang relatif luas mengenai persepsi individu tentang suatu tindakan atau perilaku setelah dibuktikan dengan kebenarannya. Sedangkan efikasi diri merupakan keyakinan yang dirasa spesifik mengenai kemampuan individu dalam menghasilkan suatu perilaku untuk menghasilkan sesuatu yang telah dicapai.

#### **b) Aspek Kepercayaan Diri**

Menurut Ghufroon (dalam Himmah, 2020) berikut adalah aspek-aspek kepercayaan diri diantaranya:

##### **a. Percaya pada kemampuan yang dimiliki**

Apabila seseorang sudah percaya dengan dirinya sendiri sehingga membuat dirinya yakin dapat meraih keberhasilan atau tujuannya maka seorang tersebut akan berperilaku sesuai dengan apa yang diinginkan atau diharapkan.

##### **b. Optimis**

Optimis adalah suatu sikap yang dimiliki seseorang yang positif serta memiliki pandangan yang baik dalam menghadapi

masalah dan tentang dirinya sendiri. Contohnya seorang remaja yang selalu yakin akan kemampuan tubuh yang dimilikinya.

c. Objektif

Orang yang memandang sesuatu tidak hanya berdasarkan satu pihak saja melainkan dari berbagai pihak dan pendapat. contohnya seorang remaja yang dapat menyelesaikan masalah tidak hanya melihat dari sudut pandang dirinya saja namun lebih menyeluruh.

d. Bertanggung jawab

Bersedia untuk menanggung segala resiko yang akan dihadapi. Contohnya seseorang bersedia dan akan menanggung resiko yang akan dihadapi sesuai dengan kesepakatan bersama.

e. Rasional dan realistis

Memiliki pemikiran yang dapat diterima dan dimengerti oleh orang lain yang sesuai dengan kenyataan tidak muluk-muluk. Contohnya seorang remaja yang dapat menyelesaikan masalahnya dengan penjelasan yang masuk akal dan tidak hanya memandang permasalahan tersebut dari sudut pandang individu saja akan tetapi lebih menyeluruh.

Selain itu, terdapat aspek-aspek kepercayaan diri dari Lauster dalam Rustanto (2017) yakni :

1) Percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki

Seseorang yang percaya diri merasa dirinya kuat dan bisa melakukan sesuatu dengan kemampuan dan keterampilan yang dia miliki. Mandiri bisa melakukan dengan sendiri dan bekerja keras dan dapat bertanggung jawab atas apa yang dilakukan. Keyakinan atas diri sendiri dalam mengevaluasi mengatasi.

2) Dapat mengambil keputusan tanpa bantuan orang lain

Seseorang yang dapat mengambil keputusan berdasarkan rasional, akan menghasilkan sifat yang objektif dan logis dalam menghasilkan tugas tertentu. Dapat bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, tanpa bantuan orang lain, mampu meyakini tindakan yang diambil.

3) Merasa dirinya memiliki pemikiran yang positif

Adanya perasaan percaya dalam diri dengan memiliki penilaian yang baik dari dalam diri sendiri serta memiliki dorongan untuk berprestasi atau mencapai tugasnya dengan baik.

4) Berani mengungkapkan pendapat

Mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan merupakan kepercayaan diri yang baik dalam meyakini diri sendiri.

### c) **Faktor Kepercayaan Diri**

Faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri yang dijelaskan oleh Mutmainah, (2016). Berikut faktor-faktor mengenai kepercayaan diri diantaranya:

#### a. Konsep diri

Konsep diri diartikan sebagai gambaran seseorang mengenai diri sendiri yang merupakan gabungan dari keyakinan fisik, psikologis, sosial, emosional aspiratif, dan prestasi yang mereka capai. Konsep diri merupakan salah satu aspek yang cukup penting bagi individu dalam berperilaku. Menurut Anthony (dalam Mutmainah, 2016)) terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.

#### b. Harga diri

Harga diri merupakan aspek penting dalam kepribadian. Harga diri adalah salah satu faktor yang sangat menentukan perilaku individu. Tingkat harga diri seseorang akan memengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

c. Pengalaman

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri. Sebaliknya, pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri seseorang.

d. Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dari berada di bawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai darinya. Sebaliknya, orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah.

**D. HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN KEPERCAYAAN DIRI  
DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA  
MAHASISWA SURABAYA**

Pada sub bab ini akan dipaparkan beberapa poin diantaranya adalah hubungan efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum, hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum serta yang terakhir efikasi diri dan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum.

**a) Hubungan efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum**

Efikasi diri termasuk pada bagian unsur konsep diri seseorang. Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang dalam mencapai tujuan tertentu. Keyakinan diri memainkan peran dalam membangun motivasi seseorang dalam mencapai apa yang diyakininya bahkan melampaui sesungguhnya kemampuan standar dirinya. Efikasi diri sesungguhnya merupakan evaluasi diri atas kesanggungan atau kompetensi diri individu dalam penyelesaian tugas atau menghadapi rintangan (Bendunganjati, 2013). Banduran (dalam Muqodas, 2019) menyatakan pendapat bahwa efikasi diri dapat memengaruhi dalam mengambil keputusan serta tindakan yang dilakukan. Selain itu, membantu seberapa jauh dalam bertindak di suatu kegiatan, serta penyesuaian diri pada suatu keadaan yang kurang menguntungkannya.

Ketika seseorang memiliki efikasi diri rendah, maka akan menjadikan mudah menyerah dalam menghadapi suatu masalah, dan cenderung mengalami kecemasan. Kecemasan dalam melakukan tugas presentasi ini selain membuat pandangan mahasiswa mengenai tugas tersebut menjadi negatif, juga akan menghambat mahasiswa dalam berkomunikasi. Informasi yang disampaikan mahasiswa cenderung sulit dipahami dengan kata lain hal tersebut menjadi tidak sesuai dengan tujuan yang akan

disampaikan (Riani & Rozali, 2014). Dalam penanganan kecemasan ini, individu dengan individu yang lain tentunya berbeda tergantung pada penilaian diri individu terhadap kemampuan yang dimilikinya yang disebut dengan efikasi diri (Sumardi, 2017).

Haziqatuzikra & Nio, (2019) meneliti mahasiswa jurusan Komunikasi Penyiaran Islam (KPI) di UINIB Padang dengan jumlah sampel 147 orang. Hasil menunjukkan bahwa ketika memiliki peningkatan pada efikasi diri, maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa KPI UNIB. Hal tersebut ditunjukkan adanya terdapat hubungan negatif signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa jurusan KPI di UIN Imam Bonjol Padang. Individu dengan efikasi diri tinggi akan memperlihatkan sikap yang lebih gigih, tidak cemas, dan tidak mengalami tekanan dalam menghadapi suatu hal.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Jendra & Sugiyo, (2020) yang meneliti siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Wuryantoro kabupaten Wonogiri. Hasil menunjukkan efikasi diri dapat mempengaruhi tingkat kecemasan seseorang ketika berbicara di depan umum karena tingginya efikasi diri yang dipersepsikan akan memotivasi individu secara kognitif untuk bertindak lebih persisten dan terarah, terutama apabila tujuan yang hendak dicapai

merupakan tujuan yang jelas serta keyakinan individu dalam mencapai keberhasilan tugasnya (Ni Made Ferra Sarah Deviyanthi, 2016). Selain itu, penelitian tersebut juga sejalan dengan Saputri (2021) yang menyatakan bahwa semakin tinggi efikasi diri individu, maka akan semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum.

Berdasarkan penjelasan di atas bahwa efikasi diri memiliki hubungan dengan kecemasan berbicara di depan umum, karena keyakinan pada individu sangat penting dalam menyelesaikan tugasnya. Semakin tinggi keyakinan pada individu dan rendahnya kecemasan berbicara di depan umum, maka semakin tinggi pula keberhasilan dalam menyelesaikan tugasnya.

#### **b) Hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum**

Kepercayaan diri merupakan sikap atas kemampuan diri sendiri dalam tindakan-tindakannya, dapat merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, dapat menerima dan menghargai orang lain, serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangannya (Lisanias et al., 2019). Kecemasan berbicara dapat timbul karena situasi dan sikap yang di masa lampau. Adanya akibat karena terjadinya kecemasan dalam berbicara di depan umum maka adanya pengembangan untuk

menghindari komunikasi tersebut (Muslimah, 2019). Dari teori tersebut, bahwa kepercayaan diri mampu menghadapi situasi yang dijalani dengan kemampuan diri sendiri tanpa adanya sikap penghindaran. Mahasiswa dengan memiliki kepercayaan diri yang memadai akan dapat meminimalisir kecemasan yang terjadi pada diri mereka saat mengadakan sebuah presentasi, dan mahasiswa tersebut dapat menyikapi sebuah proses presentasi dengan respon yang positif. Mahasiswa tidak akan menganggap presentasi sebagai sebuah ancaman yang harus di hindari, tetapi mahasiswa dapat menyikapi hal tersebut sebagai sebuah proses belajar dan tantangan (Prasetya Chandra Sugiharta, 2016). Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum.

Wahyuni, (2014) meneliti mahasiswa psikologi Universitas Mulawarman Samarinda angkatan 2009 dan 2010. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan yang berarti semakin tinggi kepercayaan diri maka akan semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum, begitupun sebaliknya. kepercayaan diri merupakan hal bagaimana kita merasakan tentang diri kita sendiri, dan perilaku kita akan merefleksikan tanpa kita sadari. Ketika kecemasan muncul saat berbicara di depan umum, maka kurangnya dalam mengenali diri kita sendiri dalam menguasai sikap dan situasi kondisi yang terjadi.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Susanto, (2018) yang melakukan penelitian terhadap mahasiswa angkatan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. Selain itu hal tersebut juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Juwita (2020) bahwa semakin tinggi kepercayaan diri individu, maka akan semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum.

Berdasarkan penjelasan di atas bahwa kepercayaan diri memiliki hubungan dengan kecemasan berbicara di depan umum, karena kepercayaan pada diri individu memengaruhi dalam memenuhi tugasnya. Semakin tinggi kepercayaan diri pada individu dan rendahnya kecemasan berbicara di depan umum, maka semakin tinggi pula keberhasilan dalam menyelesaikan tugasnya.

#### **c) Hubungan Efikasi diri dan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum**

Terdapat penelitian yang dilakukan oleh Nor Fatmah, Hemy Heryati Anward, (2021) menunjukkan sebesar 31,667% partisipan memiliki efikasi diri yang tinggi, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa dalam penelitian ini memiliki keyakinan dalam menjalankan tugas yang sulit dan penuh tantangan; memiliki keyakinan akan pilihan perilaku dalam menghadapi suatu tantangan; memiliki kemampuan menghindari situasi yang diluar

batas kemampuan; memiliki keyakinan akan keberhasilan menjalankan bidang yang pernah dan belum pernah dijalani; serta keyakinan pada kemampuan dalam menghadapi suatu tantangan dan bertahan dalam menghadapinya.

Dalam penelitian tersebut juga diketahui bahwa terdapat peranan kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum didapatkan hasil nilai koefisien negatif menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang tidak searah, artinya semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum, sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum. Penjelasan tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Musyafa (2017) yang mengatakan bahwa adanya hubungan efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum dan Prasetya Chandra Sugiharta (2016) menyatakan bahwa kepercayaan diri memiliki korelasi negatif dengan kecemasan berbicara di depan umum.

Berdasarkan penjelasan di atas bahwa efikasi diri dan kepercayaan diri memiliki kesamaan yaitu memengaruhi kecemasan berbicara di depan umum. Hal tersebut karena ketika seseorang kurang percaya diri dan rendahnya efikasi diri, maka individu tersebut tidak dapat menguasai dirinya sendiri, kurang dapat mengendalikan emosinya, serta adanya pikiran negatif.

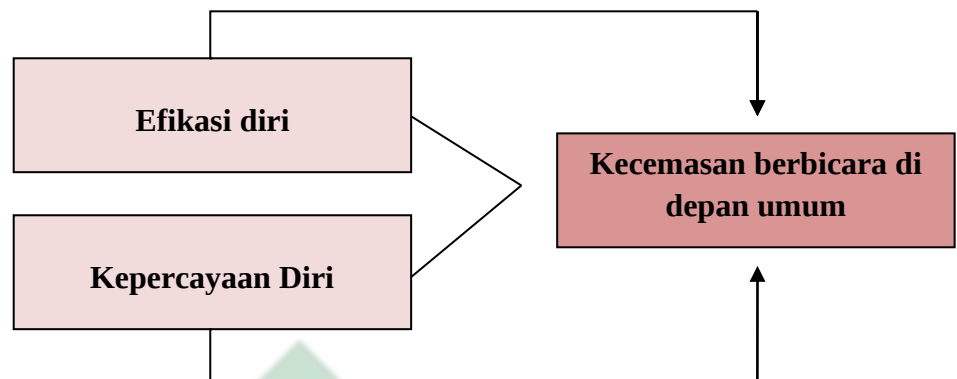
## E. KERANGKA TEORITIK

Sedangkan Philips (dalam Ririn et al., 2013) menyebutkan kecemasan berbicara didepan banyak orang menggunakan istilah *reticence*, yang merupakan kurangnya kemampuan dalam mengembangkan komunikasi dengan individu lainnya karena disebabkan adanya ketidakmampuannya dalam menyalurkan pesan dengan sempurna dan baik, biasanya ditandai dengan reaksi fisiologis serta psikologis.

Menurut Bandura efikasi diri merupakan bagian dari teori mengenai kognitif sosial. Teori ini mengacu pada keyakinan individu dalam kemampuan mereka untuk melakukan tugas yang diberikan (Bandura, 2012).

Menurut Ghufron dalam Nasution et al., (2020) kepercayaan diri merupakan kemampuan individu dalam mengatasi suatu masalah dengan situasi terbaik dan. Selain itu, Lauster juga berpendapat kepercayaan diri didapat dari pengalaman hidup juga. Kepercayaan diri didefinisikan sebagai pengakuan individu atas kemampuannya sendiri, mencintaidirinya sendiri dan menyadari emosinya sendiri. Rasa percaya diri juga bisa digambarkan sebagai perasaan baik sebagai hasil dari memperdalam emosi positif.

Berdasarkan kerangka teori di atas berikut bagan yang digunakan untuk menunjukkan hubungan efikasi diri dengan kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum saat presentasi pada mahasiswa semester akhir.



Kerangka diatas menjelaskan bahwa dari hasil beberapa penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Bárkányi (2021) bahwa adanya hubungan efikasi diri dengan kecemasan berbicara dengan berkorelasi negatif sesuai dengan kerangka di atas. Selain itu, hasil dari penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Tridinanti (2018) sesuai dengan kerangka di atas yaitu adanya hubungan yang signifikan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara. Kerangka di atas menjelaskan bahwa hubungan adanya efikasi diri dan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum yang dilakukan oleh Nor Fatmah, dkk. (2021) menyatakan bahwa adanya korelasi negatif efikasi diri dan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum.

Kecemasan berbicara di depan umum dapat dipengaruhi oleh efikasi diri sesuai dengan penelitian terdahulu yang telah dijelaskan. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi maka akan memperlihatkan sikap yang gigih, tidak cemas serta tidak mengalami tekanan dalam menghadapi suatu hal. Salah satunya ketika dihadapkan dengan berbicara di depan umum untuk memenuhi suatu tugas atau

tuntutan yang harus dipenuhi. Selain itu, ketika mahasiswa memiliki kepercayaan diri yang tinggi maka akan menimbulkan motivasi pada diri individu untuk melakukan pencapaian suatu hal yaitu mencapai keberhasilan ketika melakukan berbicara di depan umum. Perbedaan efikasi diri dan kepercayaan diri terletak pada kespesifikasian. Efikasi diri memiliki sifat spesifikasi yang berfokus pada kemampuan individu dalam menghasilkan sesuatu yang dicapai. Sedangkan kepercayaan diri memiliki sifat spesifik yang lebih luas mengenai tindakan serta perilaku yang dapat dinilai langsung dengan kebenarannya. Maka dari itu, tingginya efikasi diri serta kepercayaan diri dapat memengaruhi kecemasan ketika kita melakukan berbicara di depan umum.

#### **F. HIPOTESIS**

Berdasarkan kajian teoritik dan asumsi yang telah dipaparkan sebelumnya, maka hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini ialah

1. Terdapat hubungan antara efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum saat presentasi pada mahasiswa Surabaya.
2. Terdapat hubungan antara kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum saat presentasi pada mahasiswa Surabaya.
3. Terdapat hubungan antara efikasi diri dan kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum saat presentasi pada mahasiswa Surabaya.

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. RANCANGAN PENELITIAN**

Jenis metode pada penelitian yang akan dilakukan ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Penelitian kuantitatif merupakan suatu pendekatan yang meneliti sebuah populasi dengan pengambilan sampel tertentu yang kemudian data-data tersebut diolah dengan metode statistika yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan oleh peneliti (Sugiono, 2013).

Metode Koefisien korelasi antara skor item dengan skor total haruslah signifikan, dan untuk memperoleh koefisien korelasi antara item dengan skor totalnya tersebut dipergunakan teknik korelasi Product Moment dari Pearson (Ancok, 1987). Metode koefisien korelasional ini dilakukan untuk mengetahui korelasi antara satu variabel dengan variabel lain, yaitu kecemasan berbicara di depan umum, efikasi diri dan kepercayaan diri.

##### **B. IDENTIFIKASI VARIABEL**

Identifikasi variabel penelitian digunakan untuk menguji hipotesa penelitian. Variabel Y merupakan variabel terikat (dependent) yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Sedangkan variabel X merupakan Variabel bebas (independent) yaitu suatu variabel yang variasinya

mempunyai pengaruh terhadap variabel lain. Dalam penelitian ini, variabel-variabel yang digunakan yaitu :

- 1) Variabel terikat (Y) : Kecemasan berbicara di depan umum.
- 2) Variabel bebas (X1) : Efikasi Diri
- 3) Variabel bebas (X2) : Kepercayaan Diri

### **C. DEFINISI OPERASIONAL**

#### **1. Kecemasan berbicara di depan umum**

Kecemasan berbicara di depan umum merupakan suatu keadaan tidak nyaman yang sifatnya tidak menetap pada diri individu, baik ketika membayangkan maupun pada saat berbicara di depan orang banyak (Anwar, 2012). Kecemasan berbicara di depan umum diukur dengan menggunakan skala kecemasan berbicara di depan umum yang disusun berdasarkan aspek kecemasan berbicara di depan umum yang diadaptasi dari Syafitri, (2020) yaitu aspek fisik, dan dari Tiara (2010) pada aspek proses mental, dan aspek emosional. Alasan peneliti menggunakan adaptasi karena menyesuaikan kondisi serta sesuai kebutuhan penelitian. Selain itu, item yang di adaptasi mewakili semua aspek kecemasan berbicara di depan umum yang ditujukan pada subjek mahasiswa.

##### **1) Aspek Fisik**

Aspek fisik atau yang disebut timbulnya gejala pada fisik seseorang ketika mengalami cemas sebelum memulai presentasi atau berbicara di depan umum. Setiap orang memiliki gejala fisik yang berbeda-beda, gejala tersebut diantaranya jantung berdebar,

berkeringat, kepala pusing, nafsu makan menjadi berkurang, nafas menjadi sesak, suara bergetar, mengalami gangguan pencernaan (mulas), tidur menjadi tidak nyenyak, jari-jari menjadi dingin, serta otot menjadi kaku karena tegang.

## 2) Aspek Mental

Aspek mental pada seseorang meliputi gejala seperti pembawaan gugup, mudah tersinggung, merasa khawatir, merasa rendah diri, sulit berkonsentrasi, sulit mengambil keputusan, gelisah, merasa takut, mudah marah, serta merasa ingin menghindar diri.

## 3) Aspek Emosional

Gejala pada aspek emosional ketika akan sebelum memulai presentasi dapat meliputi amarah, kesedihan, rasa takut, cinta, malu, terkejut, jengkel, dan kenikmatan.

## 2. Efikasi diri

Efikasi diri merupakan sifat khusus yang memiliki target dalam mencapai tugasnya. Efikasi diri adalah keyakinan yang dimiliki individu akan kemampuan yang dimilikinya untuk mengorganisasikan serangkaian tindakan dalam mengatasi berbagai hambatan yang muncul akibat kecemasan berbicara di depan umum.

Alat ukur yang digunakan adalah adaptasi dari Fitriadi, (2021) skala efikasi diri. Efikasi diri memiliki Level (Tingkatan), Strength (Kekuatan), dan Generality (Keadaan umum). Peneliti menggunakan

skala adaptasi karena item tersebut memenuhi sesuai kebutuhan peneliti. Semakin tinggi nilai yang diperoleh dari skala efikasi diri berarti semakin tinggi pula efikasi diri yang dimiliki dan sebaliknya semakin rendah nilai yang diperoleh dari skala efikasi diri menunjukkan semakin rendah pula efikasi diri yang dimiliki.

#### 1) Tingkatan

Tingkat kesulitan tugas dapat diukur dengan seberapa mudah seseorang dalam menyelesaikan tugasnya atau berapakah bobot kesulitan dalam menyelesaikan tugas. Hal tersebut dapat menjadi acuan ukuran apakah seseorang mampu untuk melakukannya.

#### 2) Kekuatan

Kekuatan merupakan suatu dimensi dalam mempertahankan kualitas seseorang dengan meyakini dapat melaksanakan tugasnya dengan baik.

#### 3) Keadaan umum

Dimensi ini berkaitan keadaan umum seseorang dalam kegigihannya untuk menyelesaikan tugasnya serta adanya serangkaian kegiatan dalam keadaan atau situasi yang berbeda dan bervariasi.

### 3. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan sifat yang meluas dan tidak memiliki target tertentu. Kepercayaan diri merupakan sikap percaya

pada dirinya sehingga ia mampu menunjukkan dirinya dengan positif pada orang lain. Seseorang yang merasa mempunyai rasa percaya diri tidak akan ragu terhadap apa yang akan dilakukan sehingga dapat berpengaruh terhadap tindakannya.

Skala yang diukur diadaptasi dari Lauster dalam Rustanto (2017) karena pada skala adaptasi tersebut setiap itemnya sesuai dengan kondisi yang dibutuhkan oleh peneliti. Aspek-aspek tersebut akan menunjukkan indikator-indikator perilaku yang muncul dari mahasiswa yang menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki rasa percaya diri. Semakin tinggi nilai yang diperoleh dari skala kepercayaan diri berarti semakin tinggi pula kepercayaan diri yang dimiliki dan sebaliknya semakin rendah nilai yang diperoleh dari skala kepercayaan diri menunjukkan semakin rendah pula kepercayaan diri yang dimiliki.

Berikut indikator yang diambil kesimpulannya menurut Lauter Rustanto (2017) yaitu:

1) Percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki

Seseorang yang percaya diri merasa dirinya kuat dan bisa melakukan sesuatu dengan kemampuan dan keterampilan yang dia miliki. Mandiri bisa melakukan dengan sendiri dan bekerja keras dan dapat bertanggung jawab atas apa yang dilakukan. Keyakinan atas diri sendiri dalam mengevaluasi mengatasi.

2) Dapat mengambil keputusan tanpa bantuan orang lain

Seseorang yang dapat mengambil keputusan berdasarkan rasional, akan menghasilkan sifat yang objektif dan logis dalam menghasilkan tugas tertentu. Dapat bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, tanpa bantuan orang lain, mampu meyakini tindakan yang diambil.

3) Merasa dirinya memiliki pemikiran yang positif

Adanya perasaan percaya dalam diri dengan memiliki penilaian yang baik dari dalam diri sendiri serta memiliki dorongan untuk berprestasi atau mencapai tugasnya dengan baik.

4) Berani mengungkapkan pendapat

Mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan merupakan kepercayaan diri yang baik dalam meyakini diri sendiri.

#### **D. POPULASI, TEKNIK SAMPLING DAN SAMPEL**

##### **1. Populasi**

Dalam penelitian populasi dan sampel bagian yang terpenting. masalah Populasi adalah sekelompok individu yang mempunyai spesies sama (takson tertentu) serta hidup menempati kawasan tertentu pada waktu tertentu (Tobing, 2008). Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Surabaya. Jumlah populai yang akan diteliti sebanyak 807.696 yang akan dibulatkan menjadi 800.000. Peneliti menyadari luasnya keseluruhan populasi dan keterbatasan yang dimiliki penulis maka subjek penelitian

yang dipilih adalah sebagian dari keseluruhan populasi yang dinamakan sampel.

## 2. Sampel

Sampel merupakan sebagian dari populasi atau sejumlah penduduk yang jumlahnya kurang dari jumlah populasi. Sampel sedikitnya harus memiliki satu sifat yang sama dengan populasi (Anwar, 2012). Sampel yang diambil adalah sampel yang memenuhi kriteria atau tujuan yang telah ditentukan peneliti pada populasi yang dituju. Adanya kriteria dalam pemilihan subjek diantaranya kriteria populasi dan khusus (sampel). Berikut kriteria populasi yang telah ditentukan:

- 1) Mahasiswa Sarjana (S1) yang berkuliah di Perguruan Tinggi Surabaya.
- 2) Mahasiswa Sarjana (S1) yang masih aktif dalam mengikuti perkuliahan.
- 3) Mahasiswa yang pernah melakukan presentasi.

Selain itu, peneliti juga menentukan kriteria khusus (sampel) yaitu, mahasiswa yang berkuliah di Perguruan Tinggi Surabaya yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum.

Peneliti menggunakan teori yang dikemukakan oleh Isaac dan Michael (Sugiyono, 2013) yaitu menggunakan tabel Isaac dan Michael. Alasan peneliti mengambil sampel dengan teori tersebut karena data pada badan pusat statistik Jawa Timur yang tertera yaitu sebanyak 800.000 dengan nilai pembulatan pada jumlah mahasiswa Surabaya.

**Tabel 2 Isaac dan Michael**

| N      | 1%  | 5%  | 10% |
|--------|-----|-----|-----|
| 800000 | 663 | 348 | 270 |

Dari tabel di atas jumlah mahasiswa Surabaya mencapai kurang lebih sebanyak 800.000 sehingga peneliti menggunakan tabel Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 5% yaitu didapatkan sebanyak 348 responden yang akan diteliti pada mahasiswa Surabaya.

### 3. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel digunakan untuk menentukan sampel yang digunakan dalam penelitian (Sugiyono, 2013). Selain itu, penelitian ini menggunakan purposive sampling yang merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kriteria. Skala yang digunakan adalah skala likert dimana skala likert merupakan skala yang mengukur kesetujuan dan ketidaksetujuan terhadap suatu pernyataan (Hermawan, 2005).

Pengambilan data sampel dilakukan dengan menggunakan kuesioner melalui google form yaitu web yang digunakan untuk mengumpulkan data secara online serta peneliti menyiapkan *scanning barcode* yang akan langsung menuju web kuesioner peneliti. Peneliti akan memanfaatkan platform media sosial seperti *whatsapp*, telegram, dan instagram sebagai sumber pengumpulan data. Selain itu, petunjuk dan tata cara telah dijelaskan secara jelas dan menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh khalayak pada bagian isi kuesioner.

## E. INSTRUMEN PENELITIAN

Jenis skala yang dijadikan angket atau kuisioner menggunakan skala likert melalui *google form* dengan pilihan skala dengan poin yang telah dibedakan menjadi 2 jenis aitem sebagai berikut

**Tabel 3 Skala Likert**

| Jenis Aitem        | Skor               |            |                   |                           |
|--------------------|--------------------|------------|-------------------|---------------------------|
|                    | Sangat Setuju (SS) | Setuju (S) | Tidak Setuju (TS) | Sangat Tidak Setuju (STS) |
| <b>Favorable</b>   | 4                  | 3          | 2                 | 1                         |
| <b>Unfavorable</b> | 1                  | 2          | 3                 | 4                         |

### 1) Alat Ukur Skala Efikasi diri, Kepercayaan diri, dan Kecemasan berbicara di depan umum

#### a) Alat Ukur Kecemasan berbicara di depan umum

Untuk mengukur skala kecemasan berbicara di depan umum yakni memakai skala kecemasan berbicara di depan umum yang terdiri dari aspek emosional diambil dari adaptasi (Supriyadi, 2018), aspek fisik dan aspek mental yang diadaptasi dari (Tiara, 2010) beserta menampilkan indikator kecemasan berbicara di depan umum. Berikut beberapa indikator yang diambil dari aspek fisik, emosional, dan mental.

**Tabel 4 Blueprint kecemasan berbicara di depan umum**

| No. | Aspek           | Indikator                                         | Favorable | Unfavorable | $\Sigma$ |
|-----|-----------------|---------------------------------------------------|-----------|-------------|----------|
| 1.  | Aspek Fisik     | 1) Jantung berdebar-debar                         | 2         | 1           | 3        |
|     |                 | 2) Berkeringat                                    | 3         |             | 1        |
|     |                 | 3) Kepala Pusing                                  |           | 4,5         | 2        |
|     |                 | 4) Nafsu Makan Berkurang                          | 6         |             | 1        |
|     |                 | 5) Nafas Menjadi sesak                            |           | 7           | 1        |
|     |                 | 6) Suara Bergetar                                 | 8,9       |             | 2        |
|     |                 | 7) Mengalami gangguan pencernaan                  | 11        | 10          | 2        |
|     |                 | 8) Tidur menjadi tidak nyenyak                    | 13        | 12          | 2        |
|     |                 | 9) Jari-jari menjadi dingin                       | 14        | 15          | 2        |
|     |                 | 10) Kaku atau rasa sakit pada otot karena kejang  |           | 16          | 1        |
| 2.  | Aspek Mental    | 1) Pembawaan gugup                                | 17        |             | 1        |
|     |                 | 2) Mudah tersinggung                              | 18        |             | 1        |
|     |                 | 3) Merasa khawatir                                | 19        |             | 1        |
|     |                 | 4) Merasa rendah diri                             |           | 20          | 1        |
|     |                 | 5) Sulit berkonsentrasi                           |           | 21          | 1        |
|     |                 | 6) Sulit mengambil keputusan                      | 22        | 23          | 2        |
|     |                 | 7) Gelisah                                        | 25        | 24          | 2        |
|     |                 | 8) Merasa takut                                   | 27        | 26          | 2        |
|     |                 | 9) Ingin menghindar diri atau lari dari kenyataan | 29        | 28          | 2        |
| 3.  | Aspek Emosional | 1) Amarah                                         | 30,31     |             | 2        |
|     |                 | 2) Kesedihan                                      |           | 32,33,34    | 3        |
|     |                 | 3) Rasa takut                                     |           | 35          | 1        |
|     |                 | 4) Malu                                           | 36        |             | 1        |
|     |                 | 5) Terkejut                                       | 37        |             | 1        |

|               |    |    |
|---------------|----|----|
| 6) Kenikmatan | 38 | 1  |
| <b>Jumlah</b> | 18 | 22 |
|               |    | 39 |

### b) Alat Ukur Efikasi Diri

Untuk mengukur skala efikasi diri yakni memakai skala efikasi diri yang merupakan adaptasi skala dari Fitriadi, (2021). Alat Berikut beberapa indikator yang diambil dari aspek tingkatan, aspek kekuatan, dan aspek keadaan Umum.

**Tabel 5 Blueprint skala efikasi diri**

| No .         | Aspek        | Indikator                                           | Favorable | Unfavorable | $\Sigma$ |
|--------------|--------------|-----------------------------------------------------|-----------|-------------|----------|
| 1.           | Tingkatan    | Kemampuan Individu dalam menyelesaikan tugasnya.    | 1,2,3,5   | 4,6         | 6        |
| 2.           | Kekuatan     | Keyakinan Individu dalam melaksanakan suatu tugas.  | 7,9       | 8,10        | 4        |
| 3.           | Keadaan Umum | Kegigihan Individu dalam menyelesaikan suatu tugas. | 11,13,15  | 12,14,16    | 6        |
| <b>Total</b> |              |                                                     | 9         | 7           | 16       |

### c) Alat Ukur Kepercayaan Diri

Untuk mengukur skala kepercayaan diri yakni memakai skala kepercayaan diri yang merupakan adaptasi skala dari Himmah, (2020) yang menampilkan indikator kepercayaan diri.

**Tabel 6 Blueprint Skala Kepercayaan Diri**

| No           | Aspek                                              | Indikator                                                                                                          | Favorable | Unfavorable | $\Sigma$ |
|--------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------|----------|
| 1.           | Percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki        | Keyakinan atas diri sendiri dalam mengevaluasi mengatasi.                                                          | 1,3,5     | 2,4         | 5        |
| 2.           | Dapat mengambil keputusan tanpa bantuan orang lain | Dapat bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, tanpa bantuan orang lain, mampu meyakini tindakan yang diambil. | 6,8,10    | 7,9         | 5        |
| 3.           | Merasa dirinya memiliki pemikiran yang positif     | Memiliki penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, memiliki dorongan berprestasi.                               | 11,13,15  | 12,14       | 5        |
| 4.           | Berani mengungkapkan pendapat                      | Mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan.               | 16,18,20  | 17,19       | 5        |
| <b>Total</b> |                                                    |                                                                                                                    | 12        | 8           | 20       |

## 2) Validitas dan Reabilitas

Uji penelitian ini menggunakan Teknik Uji coba terpakai pada uji data validitas dan reabilitas ini. Penelitian ini dilaksanakan bersamaan dengan menggunakan uji coba instrumen. Hal tersebut pada penelitian ini pengambilan data dilakukan menggunakan uji validitas serta uji reabilitas yang setelah itu dilakukan uji hepotesis.

### a. Validitas isi

Validitas ini digunakan untuk mengukur sejauh mana data yang diukur tersebut layak untuk di uji. Validitas ini dinilai dengan menggunakan *expert judgement*. Skala pada data ini menggunakan skala adaptasi yang membutuhkan para ahli. Hal tersebut tertera pada *American Educational Research Association, American Psychological Association & National Council of Measurement in Education* (1985) dalam Hendryadi (2017) validasi isi merupakan bukti dimana sejauh mana data tersebut terbukti dengan ke validannya sesuai tujuan. Hal tersebut terdapat penilaian yang akan dinilai oleh para ahli yaitu:

**Skor 5** : Sangat sesuai (Apabila item tersebut sangat relevan)

**Skor 4** : Sesuai (Apabila item tersebut sesuai dengan aspek)

**Skor 3** : Cukup Sesuai (Apabila item tersebut cukup sesuai untuk digunakan sesuai aspek)

**Skor 2** : Tidak Sesuai (Apabila item tersebut kurang sesuai untuk digunakan)

**Skor 1** : Sangat Tidak Sesuai (Apabila item yang dibuat sangat kurang direkomendasikan untuk digunakan)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan hasil dari expert judgement yang dilakukan oleh para ahli, para ahli merekomendasikan menggunakan item yang bernilai skor 4 dan skor 5. Sehingga pada skala kecemasan berbicara di depan umum memiliki item sebanyak 38 dan terdapat 12 item yang tidak digunakan sehingga menghasilkan 26 item. Pada skala efikasi diri terdapat 16 item setelah itu dilakukan terdapat 5 item yang gugur sehingga menghasilkan 11 item. Yang terakhir pada skala kepercayaan diri yang memiliki 20 item setelah dilakukan uji dengan para ahli terdapat 6 item yang gugur sehingga menghasilkan 14 item.

#### **b. Validitas Alat Ukur**

Pada alat ukur ini dilakukan agar dapat melihat item-item yang akan dibuat penelitian yang valid menggunakan SPSS 24. Penyeleksian item tersebut dapat dilihat dengan seberapa besar daya beda item pada nilai *corrected item correlation* yang kurang dari r tabel tersebut. item yang kurang dari r tabel maka item tersebut dianggap tidak *valid* atau gugur sehingga tidak termasuk dalam bagian penelitian. Pada

penelitian ini, peneliti mengukur menggunakan teori dari Muhid (2019) yang menyatakan nilai koefisien Corrected Item-Total Correlation tiap item dapat berkorelasi positif jika nilai tersebut di atas 0,30 yang dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Berikut hasil uji validitas aitem yang telah dilakukan pada instrumen masing-masing sebagai berikut ini

#### 1) Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Berdasarkan hasil perhitungan data pada IBM SPSS 24 yaitu hasil uji validitas yang membandingkan  $r$  tabel yaitu menghitung nilai *Corrected Item-Total Correlation* didapatkan pada tabel di bawah ini:

**Tabel 7 Validitas Kecemasan Berbicara di Depan Umum**

| Item |                                   |          |         |            |
|------|-----------------------------------|----------|---------|------------|
| No.  | Kecemasan berbicara di depan umum | R Hitung | R Tabel | Keterangan |
| 1.   | Item 1                            | 0,576    | 0,30    | Valid      |
| 2.   | Item 2                            | 0,356    | 0,30    | Valid      |
| 3.   | Item 3                            | 0,447    | 0,30    | Valid      |
| 4.   | Item 4                            | 0,303    | 0,30    | Valid      |
| 5.   | Item 5                            | 0,575    | 0,30    | Valid      |
| 6.   | Item 6                            | 0,610    | 0,30    | Valid      |
| 7.   | Item 7                            | 0,545    | 0,30    | Valid      |
| 8.   | Item 8                            | 0,366    | 0,30    | Valid      |
| 9.   | Item 9                            | 0,488    | 0,30    | Valid      |
| 10.  | Item 10                           | 0,657    | 0,30    | Valid      |
| 11.  | Item 11                           | 0,549    | 0,30    | Valid      |
| 12.  | Item 12                           | 0,636    | 0,30    | Valid      |
| 13.  | Item 13                           | 0,545    | 0,30    | Valid      |

|     |         |        |      |        |
|-----|---------|--------|------|--------|
| 14. | Item 14 | 0,358  | 0,30 | Valid  |
| 15. | Item 15 | 0,375  | 0,30 | Valid  |
| 16. | Item 16 | 0,457  | 0,30 | Valid  |
| 17. | Item 17 | 0,508  | 0,30 | Valid  |
| 18. | Item 18 | 0,429  | 0,30 | Valid  |
| 19. | Item 19 | 0,213  | 0,30 | Failed |
| 20. | Item 20 | 0,353  | 0,30 | Valid  |
| 21. | Item 21 | 0,514  | 0,30 | Valid  |
| 22. | Item 22 | 0,465  | 0,30 | Valid  |
| 23. | Item 23 | -0,008 | 0,30 | Failed |
| 24. | Item 24 | 0,370  | 0,30 | Valid  |
| 25. | Item 25 | 0,467  | 0,30 | Valid  |
| 26. | Item 26 | -0,049 | 0,30 | Failed |

Dari tabel di atas skala kecemasan berbicara di depan umum yang diawali dengan berjumlah 38 item dan dilakukan *expert judgement* yang dilakukan dengan para ahli yang menghasilkan 26 item setelah itu dilakukan uji validitas yang menghasilkan 23 item. Setelah dilakukan uji validitas pada item tersebut terdapat 3 item yang nilainya dibawah 0,30 maka item tersebut gugur (*failed*). Setelah itu dibuatkan penomoran berulang terhadap skala aitem, sedangkan yang gugur (*failed*) akan dihapuskan.

**Tabel 8 Skala kecemasan berbicara di depan umum**

| No. | Aspek       | -Indikator                | Favorable | Unfavorable | $\Sigma$ |
|-----|-------------|---------------------------|-----------|-------------|----------|
| 1.  | Aspek Fisik | 1) Jantung berdebar-debar | 2*        | 1           | 3        |
|     |             | 2) Berkeringat            | 3*        |             | 1        |
|     |             | 3) Kepala Pusing          |           | 4,5*        | 2        |

|    |                 |                                                      |       |            |   |
|----|-----------------|------------------------------------------------------|-------|------------|---|
|    |                 | 4) Nafsu Makan Berkurang                             | 6     |            | 1 |
|    |                 | 5) Nafas Menjadi sesak                               |       | 7          | 1 |
|    |                 | 6) Suara Bergetar                                    | 8,9   |            | 2 |
|    |                 | 7) Mengalami gangguan pencernaan                     | 11    | 10*        | 2 |
|    |                 | 8) Tidur menjadi tidak nyenyak                       | 13    | 12         | 2 |
|    |                 | 9) Jari-jari menjadi dingin                          | 14    | 15*        | 2 |
|    |                 | 10) Kaku atau rasa sakit pada otot karena kejang     |       | 16         | 1 |
|    |                 | 11) Pembawaan gugup                                  | 17    |            | 1 |
|    |                 | 12) Mudah tersinggung                                | 18*   |            | 1 |
|    |                 | 13) Merasa khawatir                                  | 19    |            | 1 |
| 2. | Aspek Mental    | 14) Merasa rendah diri                               |       | 20         | 1 |
|    |                 | 15) Sulit berkonsentrasi                             |       | 21         | 1 |
|    |                 | 16) Sulit mengambil keputusan                        | 22*   | 23*        | 2 |
|    |                 | 17) Gelisah                                          | 25*   | 24         | 2 |
|    |                 | 18) Merasa takut                                     | 27    | 26         | 2 |
|    |                 | 19) Ingin menghindari diri atau -lari dari kenyataan | 29    | 28*        | 2 |
|    |                 |                                                      |       |            |   |
| 3. | Aspek Emosional | 20) Amarah                                           | 30,31 |            | 2 |
|    |                 | 21) Kesedihan                                        |       | 32*,33,34* | 3 |
|    |                 | 22) Rasa takut                                       |       | 35*        | 1 |
|    |                 | 23) Malu                                             | 36*   |            | 1 |

|                |    |     |    |
|----------------|----|-----|----|
| 24) Terkejut   | 37 |     | 1  |
| 25) Kenikmatan |    | 38* | 1  |
| <b>Jumlah</b>  | 18 | 22  | 39 |

**Keterangan : Tanda yang menunjukkan \*) dan berwarna merah merupakan item kecemasan berbicara di depan umum yang tidak valid**

## 2) Efikasi Diri

Pada perhitungan hasil pada IBM SPSS 24 hasil uji validitas yang dilakukan dengan membandingkan r tabel nilai *Corrected Item-Total Correlation* didapatkan pada tabel di bawah ini:

**Tabel 9 Validitas efikasi diri**

| No. | Item<br>Efikasi Diri | R Hitung | R Tabel | Keterangan |
|-----|----------------------|----------|---------|------------|
| 1.  | Item 1               | 0,736    | 0,30    | Valid      |
| 2.  | Item 2               | 0,660    | 0,30    | Valid      |
| 3.  | Item 3               | 0,754    | 0,30    | Valid      |
| 4.  | Item 4               | 0,034    | 0,30    | Failed     |
| 5.  | Item 5               | 0,698    | 0,30    | Valid      |
| 6.  | Item 6               | 0,753    | 0,30    | Valid      |
| 7.  | Item 7               | 0,241    | 0,30    | Failed     |
| 8.  | Item 8               | -0,186   | 0,30    | Failed     |
| 9.  | Item 9               | 0,746    | 0,30    | Valid      |
| 10. | Item 10              | 0,744    | 0,30    | Valid      |
| 11. | Item 11              | 0,369    | 0,30    | Valid      |

Dari tabel di atas skala efikasi diri tersebut diawali dengan berjumlah 16 item setelah itu dilakukan *expert judgement* yang dilakukan penyaringan item dengan para ahli yang menghasilkan 11 item setelah itu dilakukan uji validitas menggunakan SPSS 24 yang menghasilkan 8 item. Setelah dilakukan uji validitas pada item tersebut terdapat 3 item yang nilainya dibawah 0,30 maka item tersebut gugur (*failed*). Setelah itu dibuatkan penomoran berulang terhadap skala aitem, sedangkan yang gugur (*failed*) akan dihapuskan. Berdasarkan pada tabel hasil uji validitas skala Efikasi Diri pada tabel di atas didapatkan.

**Tabel 10 Skala Efikasi Diri**

| No           | Aspek        | Indikator                                           | Favorable | Unfavorable | Σ  |
|--------------|--------------|-----------------------------------------------------|-----------|-------------|----|
| 1.           | Tingkatan    | Kemampuan Individu dalam menyelesaikan tugasnya.    | 1*,2,3,5  | 4*,6        | 6  |
| 2.           | Kekuatan     | Keyakinan Individu dalam melaksanakan suatu tugas.  | 7*,9      | 8*,10*      | 4  |
| 3.           | Keadaan Umum | Kegigihan Individu dalam menyelesaikan suatu tugas. | 11,13,15  | 12,14*,16   | 6  |
| <b>Total</b> |              |                                                     | 9         | 7           | 16 |

**Keterangan : Tanda yang menunjukkan \*) dan berwarna merah merupakan item efikasi diri yang tidak valid**

### 3) Kepercayaan Diri

Pada data perhitungan SPSS 24 merupakan hasil validitas yang didapat dengan adanya perbandingan pada r tabel nilai *Corrected Item-Total Correlation* dihasilkan dengan tabel di bawah ini:

**Tabel 11 Validitas Kepercayaan Diri**

| No. | Item<br>Kepercayaan<br>Diri | R Hitung | R Tabel | Keterangan |
|-----|-----------------------------|----------|---------|------------|
| 1.  | Item 1                      | 0,414    | 0,30    | Valid      |
| 2.  | Item 2                      | 0,659    | 0,30    | Valid      |
| 3.  | Item 3                      | 0,540    | 0,30    | Valid      |
| 4.  | Item 4                      | 0,615    | 0,30    | Valid      |
| 5.  | Item 5                      | 0,402    | 0,30    | Valid      |
| 6.  | Item 6                      | 0,612    | 0,30    | Valid      |
| 7.  | Item 7                      | 0,372    | 0,30    | Valid      |
| 8.  | Item 8                      | 0,429    | 0,30    | Valid      |
| 9.  | Item 9                      | 0,450    | 0,30    | Valid      |
| 10. | Item 10                     | 0,156    | 0,30    | Failed     |
| 11. | Item 11                     | 0,240    | 0,30    | Failed     |
| 12. | Item 12                     | 0,699    | 0,30    | Valid      |
| 13. | Item 13                     | 0,255    | 0,30    | Failed     |
| 14. | Item 14                     | 0,625    | 0,30    | Valid      |

Dari tabel di atas skala kepercayaan diri tersebut diawali dengan berjumlah 20 item setelah itu dilakukan *expert judgement* yang dilakukan penyaringan item dengan para ahli yang menghasilkan 11 item setelah itu dilakukan uji validitas menggunakan SPSS 24 yang menghasilkan 8 item. Setelah

dilakukan uji validitas pada item tersebut terdapat 3 item yang nilainya dibawah 0,30 maka item tersebut gugur (*failed*).

Setelah itu dibuatkan penomoran berulang terhadap skala aitem, sedangkan yang gugur (*failed*) akan dihapuskan.

Berdasarkan pada tabel hasil uji validitas skala Efikasi Diri pada tabel di atas didapatkan

**Tabel 12 Skala Kepercayaan Diri**

| No           | Aspek                                              | Indikator                                                                                                          | Favorable  | Unfavorable | $\Sigma$ |
|--------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------|----------|
| 1.           | Percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki        | Keyakinan atas diri sendiri dalam mengevaluasi mengatasi.                                                          | 1*,3,5     | 2,4         | 5        |
| 2.           | Dapat mengambil keputusan tanpa bantuan orang lain | Dapat bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, tanpa bantuan orang lain, mampu meyakini tindakan yang diambil. | 6*,8,10*   | 7,9         | 5        |
| 3.           | Merasa memiliki pemikiran positif dirinya yang     | Memiliki penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, memiliki dorongan berprestasi.                               | 11*,13*,15 | 12*,14      | 5        |
| 4.           | Berani mengungkapkan pendapat                      | Mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan.               | 16,18,20   | 17*,19*     | 5        |
| <b>Total</b> |                                                    |                                                                                                                    | 12         | 8           | 20       |

**Keterangan : Tanda yang menunjukkan \*) dan berwarna merah merupakan item kepercayaan diri yang tidak valid**

**c. Realibilitas**

Menurut Sarwono dalam Muhid (2019) uji reliabilitas instrumen penelitian yang menggunakan rumus Cronbach's Alpha, dimana rumus tersebut digunakan untuk menguji tingkat ukuran reliabilitas. Namun peneliti menggunakan pengukuran realibilitas menggunakan teori dari Arikunto (2002) yang mengemukakan bahwa dapat dilihat dengan mengukur sesuai kriteria. Setiap skala yang di ukur akan memiliki tingkat tinggi atau rendahnya nilai realibilitas. Berikut tingkatan reliabilitas dengan kriteria jika nilai *cronbach's alpha* sebagai berikut :

- 1) 0,000 – 0,200 : Realibilitas Sangat Rendah
- 2) 0,210 – 0,400 : Realibilitas Rendah
- 3) 0,410 – 0,600 : Reabilitas Cukup
- 4) 0,610 – 0,800 : Reabilitas Tinggi
- 5) 0,810 – 1,000 : Reabilitas Sangat Tinggi

**Tabel 13 Reabilitas**

| Variabel                          | Cronbach Alpha's | Jumlah Aitem |
|-----------------------------------|------------------|--------------|
| Kecemasan Berbicara di Depan Umum | 0,735            | 24 Item      |
| Efikasi Diri                      | 0,769            | 9 Item       |
| Kepercayaan Diri                  | 0,726            | 12 Item      |

Pada tabel di atas dapat dilihat skala kecemasan berbicara di depan umum, berdasarkan nilai koefisien *cronbach's alpha* pada tabel menunjukkan 0,735 pada reliability statistics dengan 24 item, Selain itu terdapat skala efikasi diri yang menunjukkan 0,769 pada 9 item, dan skala kepercayaan diri terdapat 0,726 pada 12 item. Pada ketiga skala tersebut sama-sama mendapatkan nilai reabilitas Tinggi.

#### **F. ANALISIS DATA**

Analisis data yang akan digunakan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum saat presentasi pada mahasiswa semester akhir adalah analisis statistik korelasi dengan menggunakan program SPSS 24. Sebelum melakukan uji data analisis regresi berganda atau yang disebut dengan analisis regresi berganda perlu dilakukan uji Prasyarat, berikut analisis yang digunakan pada penelitian ini:

##### **a) Uji Normalitas**

Perlu dilakukan uji normalitas agar dapat melanjutkan uji-t, analisis korelasi, lalu dilanjutkan dengan analisis regresi linier berganda. Uji normalitas untuk menguji data apakah berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas ditentukan dengan mengacu pada kaidah nilai signifikan datanya  $<0.05$  yang artinya masuk dalam kategori tidak normal namun jika nilai signifikansi  $>0.05$  artinya dapat

dikatakan normal (Muhid, 2019). Uji normalitas pada penelitian ini dihasilkan signifikansinya  $0,200 > 0,05$  sehingga uji yang digunakan dikatakan normal.

**b) Uji Linieritas**

Uji linieritas ditujukan agar dapat mengetahui apakah data penelitian tersebut memiliki hubungan yang linier atau tidak linier secara signifikans. Uji linieritas digunakan sebagai syarat agar dapat melanjutkan uji analisis regresi linier berganda (Setiawan & Yosepha, 2020). Uji linieritas digunakan agar dapat melihat hubungan variabel independent dengan variabel dependent yang dapat dilihat hasil signifikasinya  $> 0,05$  yang berarti data tersebut bersifat linieritas. Namun jika nilai signifikannya  $< 0,05$  yang artinya tidak terdapat hubungan yang Linier (Muhid, 2019). Uji linieritas pada variabel efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum dihasilkan  $0,04 < 0,05$  yang artinya memiliki hubungan yang linier. Sedangkan pada variabel kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum dihasilkan  $0,518 > 0,05$  yang artinya tidak bersifat linier.

**c) Uji Multikolinieritas**

Uji multikolinearitas dapat dilihat dengan ada atau tidak pada korelasi yang tinggi diantara variabel bebas. Ketika terdapat korelasi tinggi diantara variabel bebas, maka adanya hubungan antara variabel bebas pada variabel terikat menjadi terganggu. Uji multikolinearitas dilihat dari nilai Tolerance dan VIF (Variance Inflation Factor)

dengan besaran korelasi antar variabel bebas. Pada model regresi dapat dikatakan bebas multikolinearitas apabila mempunyai nilai VIF tidak lebih dari 10 dan memiliki angka tolerance tidak kurang dari 0,10 (Muhid, 2019). Hasil uji multikolinearitas pada variabel efikasi diri dan kepercayaan diri dihasilkan  $0,436 > 0,10$  dan nilai VIF dengan nilai  $2,292 > 10,00$  yang berarti bebas dari multikolinearitas.

**d) Uji Heteroskedastisitas**

Uji ini adalah bagian dari uji asumsi klasik yang ada pada model regresi. Uji ini menjadi salah satu bagian syarat yang akan dilanjutkan pada uji analisis model regresi. Regresi yang valid jika tidak terjadi gejala heteroskedastisitas. Jika terjadi gejala heteroskedastisitas maka akan terjadi tidak akurat pada hasil data regresi tersebut. Uji heteroskedastisitas pada penelitian ini menggunakan Scatterplot yang menjelaskan jika titik-titik menyebar di atas 0 dan di bawah 0 serta tidak membentuk pola tertentu maka uji tersebut tidak terjadi gejala heteroskedastisitas. Uji pada penelitian ini dihasilkan pada gambar Scatterplot bahwa titik-titik menyebar di atas 0 dan di bawah 0 sehingga tidak terjadi gejala heteroskedastisitas pada penelitian ini.

Lalu dilanjutkan dengan melakukan uji hipotesis yang terdiri dari analisis regresi berganda yang terdiri dari uji t, uji f, dan regresi linier berganda. Berikut bagian dari uji hipotesis:

a) Uji T

Uji T atau yang disebut uji parsial yang akan dilakukan nantinya memiliki tujuan untuk mendeteksi mengenai bagaimana hubungan masing-masing variabel X terhadap variabel Y, apakah ada atau tidak. Apabila ditemukan nilai  $\text{sig} < 0,05$  atau nilai  $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$  maka dapat disimpulkan bahwasannya ada hubungan antara variabel X variabel Y. Pada Uji parsial ini menggunakan nilai signifikan, pada variabel efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum dihasilkan  $0,904 > 0,05$  yang artinya hipotesis tersebut ditolak. Namun, pada variabel kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum dihasilkan  $0,00 < 0,05$  yang artinya hipotesis diterima.

b) Uji F

Uji F atau yang disebut uji simultan yang akan dilakukan nantinya dimaksudkan untuk mendeteksi hubungan secara stimultan (bersama-sama) dari variabel X1 dan X2 terhadap variabel Y, apakah ada atau tidak. Jika ditemukan nilai  $\text{sig} < 0,05$  atau nilai  $f \text{ hitung} > f \text{ tabel}$  maka dapat ditarik kesimpulan bahwasannya variabel X secara stimultan (bersama-sama) berhubungan terhadap variabel Y. Pada uji simultan ini dihasilkan nilai F hitung 79,759 dengan nilai signifikannya  $0,00 < 0,05$  yang artinya hipotesis pada variabel efikasi diri dan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum diterima.

Dari hasil uji prasyarat, analisis ini meliputi uji normalitas, uji linieritas, uji multikolinieritas, dan uji heteroskedastisitas. Seanjutnya dilakukan uji hipotesis yang meliputi uji parsial dan uji simultan.



## **BAB IV**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. HASIL PENELITIAN**

##### **1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian**

Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Surabaya yang dapat dilihat berdasarkan fenomena yang terjadi secara signifikan yang diukur melalui data dari google form. Data yang didapat terdapat 80,4% dari 56 responden mahasiswa Surabaya yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum. Kecemasan berbicara di depan umum merupakan suatu keadaan dengan rasa khawatir yang disebabkan karena adanya ketidakmampuan individu dalam melakukan berbicara di depan umum seperti melakukan presentasi, berpidato, atau berceramah dimana memiliki kesamaan berhadapan dengan *audiens* yang memiliki tujuan untuk memenuhi tugasnya. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Hubungan Efikasi Diri dan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum. Mengingat faktor dari kecemasan berbicara di depan umum salah satunya yaitu efikasi diri dan kepercayaan diri.

Penelitian ini diawali dengan melakukan kajian pada penelitian terdahulu untuk menemukan suatu topik yang akan dibahas beserta melihat fenomena yang terjadi pada saat ini. Setelah itu dilakukan

menyusun *concept note* dengan dosen pembimbing yang akan diajukan kepada kaprodi untuk mendapatkan persetujuan. Setelah mendapat persetujuan, dilakukan dengan membuat proposal serta melengkapi bagian penyusunan materi yang telah mendapat catatan revisi dari kaprodi. Setelah mendapatkan persetujuan dosen pembimbing dan pihak akademik fakultas, dilanjutkan dengan melakukan ujian seminar proposal untuk mendapatkan saran dan masukan bagian mana yang perlu dilengkapi lagi serta di uji perencanaan penelitian yang akan diteliti. Peneliti menyiapkan kuesioner yang akan di ukur dengan menggunakan *expert judegement* kepada minimal 2 para ahli dalam bidangnya. Dilakukannya *expert judegement* agar dapat mengetahui item mana yang valid untuk di sebarakan penelitiannya.

Penelitian ini diawali dengan menyebar kuesioner pada tanggal 4-5 Agustus 2022 sebanyak 348 responden mahasiswa surabaya dari berbagai perguruan tinggi yang terkumpul. Peneliti melakukan penyebaran data dengan menyebarkan *google form* melalui aplikasi *whatsapp*, telegram, serta instagram. Peneliti melakukan chat personal kepada responden yang sesuai dengan kriteria. Selain itu, peneliti

melakukan pencarian responden di perguruan tinggi dengan menyiapkan *scan barcode* yang berisikan link kuesioner peneliti. Setelah data terkumpul sebanyak 348 responden maka peneliti melanjutkan perhitungan uji data.

## 2. Deskripsi Hasil Penelitian

### a) Deskripsi Data Subjek

#### 1) Pengelompokan Subjek berdasarkan Jenis Kelamin

Berikut ini tabel pengelompokkan jenis kelamin subjek mahasiswa surabaya sebagai berikut ini:

**Tabel 14 pengelompokkan jenis kelamin**

| Jenis kelamin | Jumlah | Persentase | Mean (X1) | Mean (X2) | Mean (Y) |
|---------------|--------|------------|-----------|-----------|----------|
| Laki-laki     | 101    | 29%        | 22,10     | 27,95     | 61,59    |
| Perempuan     | 246    | 71%        | 21,50     | 27,54     | 63,43    |
| Total         | 348    | 100%       | 43,60     | 55,49     | 125,03   |

Berdasarkan tabel di atas, jenis kelamin subjek dari 348 Mahasiswa Surabaya yaitu laki-laki berjumlah 101 dengan presentase 29% dan jenis kelamin perempuan berjumlah 246 dengan presentase 71%. Berdasarkan tabel di atas sebagian besar adalah subjek dengan berjenis kelamin perempuan yang lebih dominan mengalami kecemasan berbicara di depan umum.

Dapat diketahui bahwa nilai pada mean variabel kecemasan berbicara di depan umum dengan subjek berjenis kelamin laki-laki sebesar 61,59 serta subjek berjenis kelamin perempuan yaitu berjumlah sebesar 63,43. Nilai mean variabel efikasi diri dengan berjenis kelamin laki-laki sebesar 22,10. Untuk yang berjenis kelamin perempuan didapatkan hasil sebesar 21,50.

Nilai Mean pada kepercayaan diri pada jenis kelamin laki-laki didapatkan sejumlah 27,95 dan untuk yang berjenis kelamin perempuan sejumlah 27,54.

## 2) Pengelompokan Subjek berdasarkan Perguruan Tinggi

Berikut ini tabel pengelompokan perguruan tinggi pada subjek mahasiswa surabaya sebagai berikut ini:

**Tabel 15 pengelompokan perguruan tinggi**

| <b>Nama Perguruan<br/>Tinggi</b> | <b>Jumlah</b> | <b>Presentase</b> | <b>Mean<br/>(X1)</b> | <b>Mean<br/>(X2)</b> | <b>Mean<br/>(Y)</b> |
|----------------------------------|---------------|-------------------|----------------------|----------------------|---------------------|
| ITATS                            | 3             | 0,86%             | 25,00                | 29,33                | 64.67               |
| ITS                              | 3             | 0,86%             | 21,33                | 26,67                | 53.33               |
| Magistra utama                   | 1             | 0,29%             | 18,00                | 23,00                | 66.00               |
| Muhammadiyah<br>Surabaya         | 6             | 1,73%             | 25,80                | 31,00                | 55.33               |
| Narotama                         | 5             | 1,44%             | 28,25                | 29,20                | 67.80               |
| PENS                             | 13            | 3,75%             | 18,73                | 28,23                | 56.08               |
| PGRI Adi Buana<br>Surabaya       | 9             | 2,59%             | 19,67                | 25,98                | 64.67               |
| Poltekkes                        | 3             | 0,86%             | 23,00                | 27,00                | 67.67               |
| Poltekpel surabaya               | 3             | 0,86%             | 23,67                | 27,67                | 56.33               |
| PPNS                             | 1             | 0,29%             | 25,00                | 34,00                | 55.00               |

|                                      |            |                |              |              |              |
|--------------------------------------|------------|----------------|--------------|--------------|--------------|
| Stesia                               | 3          | 0,86%          | 22,67        | 30,00        | 51.67        |
| UBAYA                                | 23         | 6,63%          | 19,78        | 25,26        | 65.57        |
| UBHARA                               | 4          | 1,15%          | 22,25        | 28,25        | 63.75        |
| UHT                                  | 5          | 1,44%          | 13,40        | 19,20        | 66.40        |
| UINSA                                | 141        | 40,63%         | 22,07        | 28,24        | 62.06        |
| UKWMS                                | 4          | 1,15%          | 12,33        | 19,25        | 68.75        |
| UNAIR                                | 17         | 4,90%          | 20,00        | 25,18        | 71.29        |
| UNDIKA                               | 7          | 2,02%          | 19,14        | 24,71        | 64.57        |
| UNESA                                | 50         | 14,41%         | 22,56        | 28,38        | 61.80        |
| Unitomo                              | 1          | 0,29%          | 21,00        | 27,00        | 65.00        |
| Universitas Ciputra<br>Raya          | 1          | 0,29%          | 25,00        | 29,00        | 65.00        |
| universitas kristen<br>petra         | 1          | 0,29%          | 17,00        | 23,00        | 68.00        |
| Universitas Wijaya<br>Putra Surabaya | 1          | 0,29%          | 21,00        | 26,00        | 64.00        |
| UNTAG Surabaya                       | 4          | 1,15%          | 22,00        | 31,00        | 59.75        |
| UNUSA                                | 14         | 4,03%          | 22,86        | 29,29        | 60.07        |
| UPH                                  | 5          | 1,44%          | 27,80        | 29,60        | 67.00        |
| UPN Veteran Jatim                    | 19         | 5,48%          | 22,18        | 27,89        | 67.95        |
| <b>Total</b>                         | <b>348</b> | <b>100,00%</b> | <b>21.68</b> | <b>27,66</b> | <b>62.90</b> |

Berdasarkan tabel di atas terdapat kategori 27 perguruan tinggi yang masuk dalam pengelompokan kategori. Sebanyak 340 total keseluruhan subjek pada kategori perguruan tinggi. Pada perguruan tinggi ITATS, ITS, Poltekkes, Poltekpel surabaya, dan Stesia didapatkan sama-sama didapatkan sebanyak 3 mahasiswa pada perguruan tinggi tersebut dengan presentase sebanyak 0,86%. Masing-masing sebanyak 1 mahasiswa yang berasal dari perguruan tinggi Magistra Utama, PPNS, Unitomo, Universitas Ciputra Raya, Universitas Ciputra Raya, Universitas Kristen Petra, dan Universitas Wijaya Putra didapatkan presentase 0,29%. Terdapat masing-masing 4 mahasiswa yang didapat dari mahasiswa perguruan tinggi Ubhara, UKWMS, serta Untag Surabaya dengan hasil presentase 1,15%.

Perguruan tinggi Narotama, UHT, dan UPH yang didapati masing-masing sebanyak 5 mahasiswa yang menghasilkan 1,44%. Didapati 6 mahasiswa Muhammadiyah Surabaya yang menghasilkan presentase 1,73%. Selain itu, terdapat 7 Mahasiswa Undika yang menghasilkan presentase 2,02%. Mahasiswa PGRI Adi buana sebanyak 9 yang mendapati 2,59%. Sebanyak 13 mahasiswa PENS yang mendapatkan 3,75%. Terdapat 14 mahasiswa Unusa dan menghasilkan 4,03%, lalu terdapat 17 mahasiswa Unair yang menghasilkan 4,90%.

Perguruan tinggi UPN Veteran Jatim mendapati 19 mahasiswa yang menjadikan presentase sebesar 5,48%. Lalu didapatkan 23 mahasiswa Ubaya dengan presentase 6,63%, dilanjut dengan mahasiswa Unesa sebanyak 50 dengan presentase 14,41%, dan mahasiswa Uinsa sebanyak 141 mahasiswa dengan hasil presentase 40,63%.

Dapat dilihat dari tabel di atas pada nilai mean variabel kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa perguruan tinggi Stesia sebesar 51,67, ITS sebesar 53,33, PPNS didapatkan 55,00 lalu pada perguruan tinggi Muhammadiyah Surabaya sebesar 55,33, PENS didapatkan 56,08, Poltekpel dengan nilai 56,33 dan Untag Surabaya mendapatkan mean 59,75. Dilanjutkan dengan Unusa sebesar 60,07, Unesa dengan hasil 61,80, dan Uinsa sebesar 62,06. Ubhara dengan hasil 63,75 lalu Universitas Wijaya Putra Surabaya sebanyak 64,00 dilanjutkan dengan Undika 64,57, Selain itu ITAS dan PGRI Adi Buana didapat hasil yang sama yaitu 64,67.

Pada perguruan tinggi Unitomo dan Universitas Ciputra Raya mendapati hasil sama yaitu 65,00 selanjutnya dilanjutkan dengan Ubaya yaitu 65,57 dan UHT hasilnya 66,40. Pada Magistra Utama sebesar 66,00 dan UPH dengan hasil 67,00. Perguruan tinggi Poltekkes mendapatkan 67,67 selanjutnya Narotama dengan nilai 67,80 dan UPN Veteran Jawa Timur

sebesar 67,95. Pada perguruan tinggi Universitas Kristen Petra dengan hasil 68,00 selain itu UKWMS didapati 68,75, dan yang terakhir Unair mendapatkan hasil 71,29. Dari tabel di atas pada nilai yang paling tinggi adalah pada Perguruan Tinggi Unair lalu pada nilai yang paling kecil didapatkan oleh Stesia.

Dari Tabel di atas pada variabel efikasi diri pada ITATS, PPNS, dan Universitas Ciputra Rayamendapatkan nilai 25,00 lalu ITS mendapatkan hasil 21,33, Magistra Utama mendapati hasil 18,00 lalu pada perguruan tinggi Muhammadiyah Surabaya 25,80, dan Narotama dengan nilai 28,25, lalu PENS mendapati hasil 18,73, PGRI Adi Buana didapati 19,67 dan Poltekkes mendaptkan 23,00 dan Poltekpel Surabaya mendapatkan 23,67. Perguruan tinggi Stesia mendapatkan 22,67, lalu Ubaya mendaptkan nilai 19,78, Ubhara dengan nilai 22,25, dilanjut dengan UHT dengan hasil 13,40, Uinsa dengan 22,07 selanjutnya UKWMS dengan nilai 12,33, Unair dengan nilai 20,00, Undika dengan hasil 19,14, dan Unesa dengan nilai 22,56. Selanjutnya Unitomo dan Universitas Wijaya Putra Surabaya yaitu 21,00. Univeritas Kristen Petra yaitu hasilnya 17,00, Untag Surabaya dengan nilai 22,00 Lalu Unusa dengan hasilnya yaitu 22,86, UPH Hasilnya adalah 27,80 dan UPN Veteran Jatim 22,18. Dari variabel efikasi diri nilai

tinggi pada kategori Perguruan Tinggi yaitu Narotama lalu pada nilai terkecil yaitu UKWMS.

Tabel yang tertera tersebut adanya variabel Kepercayaan diri dengan perguruan tinggi pada ITATS dengan nilai 29,33 lalu ITS dengan hasil 26,67 dilanjutkan dengan Magistra Utama dan Universitas Kristen Petra dengan hasil 23,00, dan Muhammadiyah Surabaya dan Untag Surabaya dengan nilai 31,00. Narotama mendapatkan nilai 29,20, PENS dengan hasil 28,23, PGRI Adi Buana 25,98 selanjutnya Poltekkes dan Unitomo dengan hasil nilai 27,00. Poltekpel Surabaya dengan hasil 27,67, PPNS yaitu dengan 34,00, Stesia dengan nilai 30,00, Lalu Ubaya dengan hasil 25,26, dan Ubhara yaitu 28,25. UHT yaitu mendapatkan 19,20, Uinsa didapatkan 28,24, UKWMS mendapatkan 19,25, dilanjutkan dengan Unair yaitu 25,18, Undika dengan didapat 24,71, lalu Unesa mendapatkan 28,38, Universitas Ciputra Raya yaitu dengan nilai 29,00. Perguruan tinggi Univeristas Wijaya Putra Surabaya dengan desimal yang didapat 26,00, Unusa dengan mendapatkan 29,29, UPH mendapatkan nilai 29,60, dan UPN Veteran Jatim yaitu 27,89. Dari nilai variabel kepercayaan diri yang mendapat nilai tertinggi yaitu Muhammadiyah Surabaya dan Untag Surabaya, sedangkan dengan nilai terkecil yaitu UHT.

## 3) Pengelompokan Subjek berdasarkan Semester

**Tabel 16 pengelompokkan Semester**

| <b>Semester</b> | <b>Jumlah</b> | <b>Presentase</b> | <b>Mean (X1)</b> | <b>Mean (X2)</b> | <b>Mean (Y)</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|------------------|------------------|-----------------|
| 2               | 29            | 8,36%             | 22,21            | 27,52            | 64,52           |
| 4               | 36            | 10,37%            | 20,03            | 25,94            | 63,25           |
| 6               | 58            | 16,71%            | 20,78            | 26,24            | 65,93           |
| 8               | 203           | 58,50%            | 22,12            | 28,49            | 61,81           |
| 10              | 17            | 4,90%             | 21,76            | 26,65            | 63,29           |
| 12              | 4             | 1,15%             | 22,75            | 26,50            | 57,50           |
| <b>Total</b>    | <b>348</b>    | <b>100,00%</b>    | <b>21,68</b>     | <b>27,66</b>     | <b>62,90</b>    |

Dari tabel di atas didapat subjek sebanyak 348 dengan dengan berkategori semester, didapat pada semester 2 dengan jumlah 29 mendapat presentase sebesar 8,36% lalu pada semester 4 dengan jumlah 36 dengan presentase sebesar 10,37% lalu pada semester 6 dengan jumlah sebanyak 58 sebanyak presentase 16,71% lalu pada semester 8 sebanyak 203 dengan presentase 58,50%, semester 10 dengan jumlah 17 mendapatkan presentase 4,90% dan semester 12 yaitu sebanyak 4 dengan presentase 1,15%.

Pada variabel kecemasan berbicara di depan umum dengan kategori nilai pada semester 2 yaitu 64,52 lalu semester 4 sebesar 63,25, semester 6 dengan nilai 65,93 dilanjut dengan

semester 8 yaitu 61,81 dan dilanjut dengan semester 10 dengan nilai 63,29 dan semester 12 dengan hasilnya 57,50. Dari kategori variabel kecemasan berbicara di depan umum yang lebih dominan yaitu pada semester 6 dan pada kategori yang paling kecil yaitu pada semester 12.

Kategori pengelompokkan pada variabel efikasi diri yaitu pada semester 2 dengan hasil yaitu 22,21 lalu pada semester 4 didapatkan 20,03 dan pada semester 6 mendapatkan nilai 20,78 dilanjutkan dengan semester 8 yaitu mendapatkan 22,12 lalu semester 10 mendapatkan 21,76 dan semester 12 hasilnya ialah 22,75. Pada pengkategorian tabel di atas pada variabel efikasi diri dengan dominan yang paling besar yaitu semester 6 dan pada pengkategorian yang lebih kecil yaitu pada semester 4.

Tabel di atas juga menunjukkan pengelompokkan pada variabel kepercayaan diri dimana semester 2 yaitu 27,52, semester 4 dengan nilai 20,03 lalu pada semester 6 yaitu 26,24 selanjutnya semester 8 dengan nilai 28,49, semester 10 dengan nilai yang didapat 26,65 dan pada semester 12 yaitu 26,5. Pada pengkategorian tersebut didapat nilai yang paling besar variabel kepercayaan diri yaitu semester 8 dan dengan kategori kecil ialah semester 4.

### b) Deskripsi Data

Uji asumsi data serta uji analisis data dilakukan ketika telah mengetahui karakteristik pada setiap data penelitian yang telah dilakukan. Proses yang dilakukan merupakan pengawalan pada analisa yang membutuhkan cara menganalisis pada setiap data dengan bersifat deskriptif melalui skor mean, maksimum, minimum, standar deviasi, serta jumlah subjek dan statistik (Azwar, 2016).

**Tabel 17 Analisis Deskriptif**

| Descriptive Statistics                |     |         |         |       |                |
|---------------------------------------|-----|---------|---------|-------|----------------|
| Variabel                              | N   | Minimum | Maximum | Mean  | Std. Deviation |
| Kecemasan Berbicara di depan umum (Y) | 348 | 23,00   | 90,00   | 62,89 | 9,17           |
| Efikasi diri (X1)                     | 348 | 10,00   | 32,00   | 21,67 | 4,70           |
| Kepercayaan diri (X2)                 | 348 | 13,00   | 44,00   | 27,65 | 5,02           |

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa jumlah dari keseluruhan total subjek pada variabel kecemasan berbicara di depan umum, efikasi diri, dan kepercayaan diri adalah 348 subjek. Pada skor minimum kecemasan berbicara di depan umum yaitu senilai 23, dan skor maksimum yaitu 90, lalu nilai mean yaitu

62,89 dan standart deviation yaitu 9,17. Pada variabel efikasi diri yaitu pada skor minimumnya yaitu 10 dan skor maksimumnya yaitu 32, selain itu nilai mean yaitu 21,67 dan standar deviation yaitu 4,70. Pada variabel kepercayaan diri yaitu pada skor minimum yaitu 13 dan skor maksimum 44, pada skor nilai mean yaitu 27,65 serta standar deviationnya adalah 5,02

Selanjutnya sesudah mengetahui hasil deskriptif di atas, dilakukan kategorisasi berdasarkan rumus Azwar (2016)

**Tabel 18 Kategorisasi**

| Kategori | Interval               |
|----------|------------------------|
| Rendah   | $X < M - 1SD$          |
| Sedang   | $M - 1SD \leq M + 1SD$ |
| Tinggi   | $M + 1SD \leq X$       |

**Keterangan :** X = Skor Subjek, M = Mean, SD = Standar Deviasi

Berdasarkan tabel kategorisasi diatas, peneliti memperoleh hasil yang didapatkan pada setiap variabel. Berikut dibawah ini merupakan tabel kategori variabel syukur:

**Tabel 19 Kategori Kecemasan Berbicara di depan umum**

| Variabel                          | Kategori | Nilai              | Jumlah     | Presentase  |
|-----------------------------------|----------|--------------------|------------|-------------|
| Kecemasan Berbicara di depan umum | Rendah   | $X < 53,72$        | 47         | 14,4%       |
|                                   | Sedang   | $53,72 \leq 72,06$ | 252        | 72,6%       |
|                                   | Tinggi   | $72,06 \leq X$     | 45         | 13,0%       |
| <b>Total</b>                      |          |                    | <b>348</b> | <b>100%</b> |

Diketahui pada tabel di atas bahwasannya mahasiswa surabaya yang memiliki kecemasan berbicara di depan umum dengan kategori rendah sebanyak 14,4%, untuk yang memiliki kategori tinggi sebanyak 13,0%. Namun, hasil yang didapat paling tinggi adalah pada kategori sedang didapat sebanyak 72,6% dari 348 mahasiswa surabaya.

**Tabel 20 Kategori Efikasi Diri**

| Variabel     | Kategori | Nilai              | Jumlah     | Presentase  |
|--------------|----------|--------------------|------------|-------------|
| Efikasi Diri | Rendah   | $X < 16,97$        | 47         | 13,54%      |
|              | Sedang   | $16,97 \leq 26,37$ | 252        | 72,62%      |
|              | Tinggi   | $26,37 \leq X$     | 48         | 13,83%      |
| <b>Total</b> |          |                    | <b>348</b> | <b>100%</b> |

Diketahui pada tabel pengkategorian di atas menunjukkan sebanyak 348 mahasiswa surabaya yang memiliki efikasi diri dengan kategori rendah sebanyak 13,54%, pada kategori yang paling tinggi di dapat sebanyak 13,83%, dan pada kategori yang sedang didapat nilai lebih sedang yaitu sebanyak 72,62%. Dari perhitungan tersebut sebanyak 348 mahasiswa surabaya memiliki efikasi diri dengan kategori sedang.

**Tabel 21 Kategori Kepercayaan diri**

| Variabel         | Kategori | Nilai              | Jumlah | Presentase |
|------------------|----------|--------------------|--------|------------|
| Kepercayaan Diri | Rendah   | $X < 22,63$        | 56     | 16,14%     |
|                  | Sedang   | $22,63 \leq 32,67$ | 247    | 71,18%     |
|                  | Tinggi   | $32,67 \leq X$     | 44     | 12,68%     |
| <b>Total</b>     |          |                    | 348    | 100%       |

Dari tabel di atas yang menunjukkan kategori pengukuran nilai kepercayaan diri yang memiliki kategori paling rendah sebanyak 16,14% dan pada kategori yang tinggi didapat sebanyak 12,68%. Selain itu, kategori yang paling tinggi adalah 71,18%. Dari data di atas sebanyak 71,18% dari 348 mahasiswa surabaya memiliki kepercayaan diri dengan kategori sedang.

### c) Uji Prasyarat

#### 1) Uji Normalitas

Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan rumus uji Kolmogorov-Smirnov yang menggunakan bantuan IBM SPSS Statistic 24. Dengan taraf signifikan  $> 0,05$  maka data berdistribusi normal dan jika signifikansi  $< 0,05$  maka data berdistribusi tidak normal (Muhid, 2019). Berikut hasil penelitian uji normalitas yang telah di uji

**Tabel 22 Uji Normalitas**

| <b>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</b> |                |                         |
|-------------------------------------------|----------------|-------------------------|
|                                           |                | Unstandardized Residual |
|                                           | N              | 348                     |
|                                           | Mean           | 0,0000000               |
| Normal Parameters                         | Std. Deviation | 7,58715811              |
| Most Extreme Differences                  | Absolute       | 0,042                   |
|                                           | Positive       | 0,042                   |
|                                           | Negative       | -0,026                  |
| Test Statistic                            |                | 0,042                   |
| Asymp. Sig. (2-tailed)                    |                | 0,200 <sup>c.d</sup>    |

Pada tabel di atas merupakan tabel hasil uji normalitas yang didapatkan nilai dengan signifikansinya sebesar 0,200. Yang berarti hasil nilai signifikansi tersebut lebih besar dari taraf

signifikansi yaitu 0,05 sehingga karena nilai yang didapat 0,200 maka dapat disimpulkan hasil data yang diperoleh dari penelitian berdistribusi normal.

## 2) Uji Linieritas

Uji linieritas berguna agar menguji data apakah hasil data pada penelitian ini bersifat linier. Metode pada penelitian menggunakan *test of linierity* yaitu menggunakan kaidah signifikansi  $<0,05$  maka hubungan antar variabel dikatakan linier, namun jika signifikansi  $>0,05$  maka hubungan antar variabel tidak linier (Muhid, 2019). Berikut hasil uji linieritas yang diperoleh

**Tabel 23 Uji Linieritas**

| Variabel                                           | F     | Sig.  | Keterangan   |
|----------------------------------------------------|-------|-------|--------------|
| Kecemasan berbicara di depan umum*Efikasi Diri     | 2,102 | 0,004 | Linier       |
| Kecemasan berbicara di depan umum*Kepercayaan Diri | 0,965 | 0,518 | Tidak Linier |

Pada tabel di atas diketahui bahwa hasil linearitas pada kedua variabel, memiliki hasil yang berbeda. Pada hasil variabel kecemasan berbicara di depan umum dan efikasi diri mendapatkan hasil signifikansi  $0,004 < 0,05$  yang artinya

memiliki hubungan yang linier. Sedangkan pada hasil nilai variabel kecemasan berbicara di depan umum dan kepercayaan diri memiliki hubungan yang tidak linier dengan hasil yang didapatkan yaitu  $0,518 > 0,05$ . Dari data tersebut disimpulkan bahwa hasil dari uji linieritas, pada data penelitian ini terdapat hubungan linier dengan kecemasan berbicara di depan umum dengan efikasi diri, namun pada kepercayaan diri memiliki hubungan yang tidak linier kecemasan berbicara di depan umum.

### 3) Uji Multikolinieritas

Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah variabel bebas pada model regresi saling berkorelasi. *Tolerance value* atau *Variance Inflation Factor* (VIF) menjadi salah satu cara yang dapat digunakan untuk mendeteksi multikolinieritas, dimana apabila Untuk melihat adanya gejala multikolinieritas adalah dengan melihat nilai *tolerance*  $> 0,1$  dan nilai VIF  $< 10$ . berikut hasil uji multikolinieritas (Widana & Muliani, 2020).

**Tabel 24 Uji Multikolinieritas**

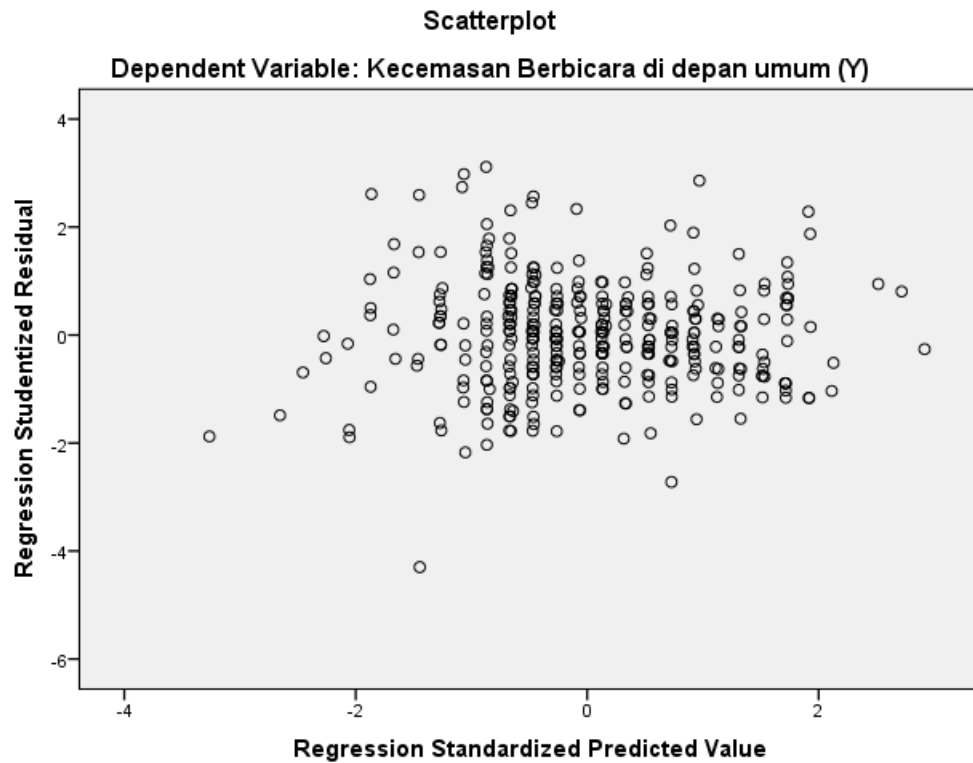
| Model                 | Collinearity Statistics |       | Ket                             |
|-----------------------|-------------------------|-------|---------------------------------|
|                       | Tolerance               | VIF   |                                 |
| Efikasi Diri (X1)     | 0,436                   | 2,292 | Tidak terjadi multikolinieritas |
| Kepercayaan Diri (X2) | 0,436                   | 2,292 |                                 |

Pada tabel yang tertera di atas menunjukkan data bahwa kedua variabel independent yang menunjukkan efikasi diri dan kepercayaan diri tidak adanya multikolinieritas. Hal ini dapat dilihat dengan nilai tolerance dan VIF pada kedua variabel tersebut. Nilai pada tolerance kedua variabel sebesar  $0,436 > 0,10$  dan nilai VIF pada kedua variabel sebesar  $2,292 < 10,00$ .

#### 4) Uji Heteroskedastisitas

Uji ini dilakukan untuk mendeteksi apakah terjadi ketidaksamaan variansi dari residual satu pengamatan ke pengamatan lainnya menggunakan grafik plot. Dimana apabila pada grafik scatterplot ditemukan titik-titik yang tersebar di atas dan di bawah angka nol serta tidak berbentuk 52 sebuah pola seperti bergelombang, melebar lalu menyempit, maka bisa ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat masalah heteroskedastisitas atau adanya homoskedastisitas.

Tabel 25 Uji Heterokesdestisitas



Gambar diatas adalah menunjukkan bahwa pada grafik scatterplot titiktitik yang ada tersebar keatas dan kebawah dari angka nol serta tidak ditemukannya suatu pola seperti bergelombang ataupun melebar kemudian menyempit. Hal ini dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas pada penelitian ini.

## B. PENGUJIAN HIPOTESIS

Analisis data dalam perhitungan yang dilakukan dengan bantuan aplikasi IBM SPSS Statistic 24. Berikut pengujian hipotesis dengan uji regresi linier berganda dengan hasil yang diperoleh sebagai berikut

### 1) Uji Statistik T Parsial

**Tabel 26 Uji Statistik T Parsial**

|                           |        | Unstandardize<br>d Coefficients | Standardize<br>d Coefficients |            |           |
|---------------------------|--------|---------------------------------|-------------------------------|------------|-----------|
| Model                     | B      | Std.<br>Error                   | Beta                          | T          | Sig.      |
| (Constant)                | 91,323 | 2,308                           |                               | 39,56<br>0 | 0,00<br>0 |
| Efikasi Diri<br>(X1)      | 0,016  | 0,132                           | 0,008                         | 0,121      | 0,90<br>4 |
| Kepercayaa<br>n Diri (X2) | -1,040 | 0,123                           | -0,569                        | -8,434     | 0,00<br>0 |

#### a. Hubungan Efikasi diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Pada tabel di atas menunjukkan adanya hasil dari analisis data koefisien antara variabel efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum didapatkan nilai t hitung sebesar 0,121 dengan nilai signifikansinya sebesar  $0,904 > 0,005$ . Hasil tabel di

atas menghasilkan bahwa hipotesis pertama ditolak. Yang berarti tidak terdapat hubungan efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Maka disimpulkan bahwa variabel efikasi diri tidak mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum.

b. Hubungan Kepercayaan diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan hasil data dari analisis koefisien antara variabel kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum menunjukkan nilai  $t$  hitung sebesar  $-8,434$  dengan hasil signifikansinya  $0,000 < 0,05$ . Hasil tabel di atas menunjukkan adanya hipotesis diterima yang berarti adanya hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa bahwa variabel kepercayaan diri memiliki hubungan secara negatif terhadap variabel kecemasan berbicara di depan umum, dimana semakin tinggi kepercayaan diri maka akan semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum.

2) Uji Statistik F Simultan

Uji  $F$  yang akan dilakukan bertujuan untuk mendeteksi hubungan seperti apakah ada hubungan ada hubungan kedua variabel  $X_1$  dan  $X_2$  dengan  $Y$  secara simultan (bersama-sama). Apabila diperoleh nilai signifikansi  $< 0,05$  atau  $f$  hitung  $> f$  tabel

maka dapat dikatakan terbilang adanya hubungan antara variabel X secara simultan (bersama-sama) terhadap variabel Y.

**Tabel 27 Uji Statistik F Simultan**

| ANOVA <sup>a</sup>                                                  |            |                |     |             |        |                   |
|---------------------------------------------------------------------|------------|----------------|-----|-------------|--------|-------------------|
| Model                                                               |            | Sum of Squares | Df  | Mean Square | F      | Sig.              |
| 1                                                                   | Regression | 9235,991       | 2   | 4617,995    | 79,759 | ,000 <sup>b</sup> |
|                                                                     | Residual   | 19917,479      | 344 | 57,900      |        |                   |
|                                                                     | Total      | 29153,470      | 346 |             |        |                   |
| a. Dependent Variable: Kecemasan Berbicara di depan umum (Y)        |            |                |     |             |        |                   |
| b. Predictors: (Constant), Kepercayaan diri (X2), Efikasi diri (X1) |            |                |     |             |        |                   |

Tabel di atas merupakan tabel anova yang mengukur nilai F hitung, dari data di atas menunjukkan nilai F Hitung sebesar 79,759 dengan nilai signifikansinya sebesar  $0,000 < 0,05$ . Maka dari hasil data tersebut menunjukkan bahwa hipotesis dari ketiga variabel tersebut diterima. Hal ini dapat diartikan adanya hubungan pada variabel efikasi diri dan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum.

### 3) Koefisien Determinasi ( $R^2$ )

Hal ini dimaksudkan untuk mendeteksi seberapa besar kemampuan yang diberikan variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat.

**Tabel 28 Koefisien Determinasi**

| <b>Model Summary<sup>b</sup></b>                                    |                   |          |                   |                            |               |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|---------------|
| Model                                                               | R                 | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate | Durbin-Watson |
| 1                                                                   | ,563 <sup>a</sup> | ,317     | ,313              | 7,60918                    | 2,132         |
| a. Predictors: (Constant), Kepercayaan diri (X2), Efikasi diri (X1) |                   |          |                   |                            |               |
| b. Dependent Variable: Kecemasan Berbicara di depan umum (Y)        |                   |          |                   |                            |               |

Pada tabel di atas bahwa menunjukkan nilai determinasi (*R Square*) sebesar 0,317 yang diartikan variabel efikasi diri dan kepercayaan diri mempunyai hubungan terhadap kecemasan berbicara di depan umum dengan presentase sebesar 31,7% kemudian untuk sisa presentasenya sebesar 68,3% dipengaruhi oleh faktor lain.

### C. PEMBAHASAN

Hasil penelitian dengan menganalisis data yang telah dilakukan menunjukkan adanya Hubungan Efikasi Diri dan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada mahasiswa Surabaya. Peneliti mendapatkan subjek mahasiswa surabaya dari perguruan tinggi surabaya yang berbeda-beda. Peneliti melakukan pengujian dengan menganalisis data terlebih dahulu menggunakan analisis statistik yaitu diawali dengan menguji validitas dan reabilitas lalu dilanjutkan uji prasyarat yang terdiri dari uji normalitas, uji lineritas, uji multikolinieritas dan uji

heteroskedastisitas. Lalu dilanjutkan dengan uji hipotesis yang terdiri dari uji T, uji F serta koefisien determinasi.

Hipotesis pertama yang dilakukan peneliti ini ditolak yang artinya tidak terdapat hubungan efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Hal tersebut didapatkan hasil pengujian T (Parsial) menunjukkan hasil tidak adanya hubungan efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Dibuktikan dengan penelitian terdahulu yaitu Bureni (2019) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan pada variabel efikasi diri dengan kecemasan berbicara. Hal pernyataan hasil tersebut juga dihasilkan peneliti yang dilakukan oleh Febrina (2019) yang menghasilkan tidak adanya korelasi efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum.

Dari hasil penelitian tersebut bertolak belakang dengan pendapat yang dinyatakan oleh Myers (1989) bahwa individu yang mempunyai efikasi diri atau keyakinan pada diri sendiri, maka individu tersebut dapat mengatasi kecemasan yang terjadi. Selain itu, Rogers E. (2012) juga mengatakan bahwa salah satu faktor keterampilan dalam berbicara yaitu memiliki efikasi diri. Namun dalam penelitian yang dilakukan ini tidak semua individu yang mempunyai efikasi diri tidak akan mengalami kecemasan berbicara di depan umum. Hal ini yang berarti mahasiswa surabaya yang memiliki efikasi diri tetap dapat mengalami kecemasan berbicara di depan umum.

Hasil penelitian ini tidak selaras dengan hasil penelitian terdahulu yang cenderung mendapatkan hasil adanya hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Pernyataan tersebut tidak selaras dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Widiana (2017) yang menyatakan adanya hubungan yang bersifat negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Adapun terdapat penyebab lain yang menyebabkan hipotesis penelitian ini tidak terbukti karena item efikasi diri kurang memenuhi dalam penelitian ini selain itu, disebabkan adanya pengaruh variabel lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Muslimin (2013) mengemukakan bahwa faktor terbesar terjadinya kecemasan berbicara dikarenakan kurangnya keterampilan dan pengalaman (*lack of communication skill and experience*). Yang berarti ketika individu memiliki keterbatasan keterampilan dan pengalaman berbicara di depan umum, maka akan memengaruhi keterampilan bicaranya yang akan mengakibatkan cemas. Individu yang memiliki keterampilan dan pengalaman akan memiliki pengetahuan dan mengetahui pengawalan, isi, dan pengakhiran dalam teknik berbicara di depan umum. Dari hasil penelitian yaitu mencari besar pengaruh kurangnya keterampilan dan pengalaman yang dilakukan oleh Muslimin nilai tersebut didapatkan dengan nilai yang paling besar dan paling berpengaruh besar terhadap penurunan kecemasan berbicara di depan umum.

Penyebab lain hasil hipotesis ini ditolak karena peneliti hanya berfokus pada responden yang memiliki kecemasan berbicara di depan umum sesuai dengan kriteria peneliti pada pengambilan sampel. Peneliti menggunakan instrumen efikasi diri dan kurang bisa dipahami oleh responden. Hal tersebut dapat memengaruhi hasil skor skala dalam penelitian ini. Selain itu, adanya beberapa subjek yang tidak didampingi oleh peneliti sehingga kurangnya penjelasan dan arahan pada responden. Namun dari pembahasan yang membahas mengenai efikasi diri dan kecemasan berbicara di depan umum, menurut Dwyer Kangas & Fus dalam Bureni (2019) memberikan saran dalam penelitiannya yaitu menyarankan dengan berfokus meneliti cara dapat meningkatkan efikasi diri yang individu miliki daripada berfokus pada pengukuran efikasi diri individu terhadap kecemasan berbicara di depan umum.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti hasil deskripsi data menunjukkan mahasiswa surabaya sebagian besar memiliki efikasi diri dengan kategori sedang. Oleh karena itu, sebagian mahasiswa Surabaya sebagian besar memiliki keyakinan dalam menghadapi situasi sulit. Hal tersebut menurut Dwyer Kangas & Fus dalam Bureni (2019) individu yang memiliki efikasi diri tinggi maka berifat kerja keras dan mampu bertahan dalam menghadapi situasi yang pelik. Maka, dapat disimpulkan bahwa hipotesis ditolak karena sebagian responden mahasiswa surabaya memiliki efikasi diri yang tinggi. Namun bukan

berarti mahasiswa tidak akan mengalami kecemasan berbicara di depan umum.

Hipotesis kedua yang dilakukan oleh peneliti hasilnya diterima yang berarti adanya hubungan negatif dengan kecemasan berbicara di depan umum. Hal ini dikarenakan pada hasil uji parsial pada variabel kepercayaan diri bahwasannya adanya hubungan negatif kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Sehingga pada uji parsial kedua variabel X memiliki hasil pengaruh yang berbeda terhadap variabel Y. Hal tersebut sesuai dengan penelitian terdahulu yang Himmah (2020) yang menyatakan bahwa adanya hubungan bersifat negatif yaitu ketika kepercayaan diri tinggi maka kecemasan berbicara di depan umum semakin rendah dan begitupun sebaliknya. Selain itu, (Lisanias et al., 2019) juga menyatakan bahwa kepercayaan diri berhubungan kecemasan berbicara di depan umum dengan nilai yang signifikan.

Hasil deskripsi data menyatakan bahwa Kecemasan berbicara di depan umum juga dapat dipengaruhi oleh kepercayaan diri yang menghasilkan nilai dengan kategori sedang, sesuai dengan teori menurut Rakhmat (2012: 102) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri sangat berpengaruh pada keterampilan berbicara, ketika individu memiliki kepercayaan diri yang rendah maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara pada individu. Kepercayaan sendiri menurut Ghufroon dalam Nasution et al., (2020) merupakan kemampuan individu dalam

menhadapi suatu masalah dan dapat mengatasinya dengan memberikan suasana yang baik.

Jika dianalisis kepercayaan diri berkaitan dengan aspek kecemasan berbicara di depan umum yaitu aspek emosional. Ketika mahasiswa surabaya memiliki emosional yang baik maka akan berpengaruh pada kepercayaan diri mahasiswa surabaya. Oleh karena itu, sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2014) yang memiliki nilai aspek emosional yang berarti aspek emosional tersebut cukup stabil karena sangat mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum. Menurut Chaplin (2009) bahwa emosi dapat dilihat dengan suasana hati, adanya perubahan yang dapat dilihat dan disadari, sifat yang mendalam, serta adanya perubahan perilaku.

Hipotesa ketiga didapatkan hasil bahwa adanya hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan kepercayaan diri dengan nilai pengujian F (Simultan) adanya nilai yang signifikan artinya hipotesis tersebut diterima. Sehingga secara simultan efikasi diri dan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum adanya saling memengaruhi pada mahasiswa surabaya. Maka diambil kesimpulan bahwa penelitian ini terdapat hubungan efikasi dan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa surabaya.

Masih banyak faktor lain yang disebabkan kecemasan berbicara di depan umum dari beberapa penelitian. Menurut Muslimin (2013) yaitu

keterampilan dan pengalaman, konsep diri, dan kepercayaan diri. Selain itu menurut Deviyanthi, Ni Made Ferra Sarah & Wideasavitri (2016) yaitu asertifitas, berpikir positif, dan efikasi diri. Berdasarkan perolehan hasil  $R^2$  square (koefisien determinasi) pada nilai yang dihasilkan sebagian besar kecemasan berbicara di depan umum dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

Peneliti yang dilakukan oleh Makaria et al (2020) bahwa adanya hubungan efikasi diri dengan kepercayaan diri memiliki hasil korelasi positif. Yang adanya perbedaan hasil dari uji simultan yaitu adanya pengaruh efikasi diri dan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Berberapa penelitian yang lain sejalan dengan penelitian yang diteliti oleh Jendra & Sugiyo (2020) adanya pengaruh efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Selain itu peneliti yang diteliti oleh Khoriroh (2018) yaitu adanya pengaruh kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum dengan perolehan nilai yang cukup besar. Maka dapat diambil kesimpulan hipotesis ketiga ini adalah semakin tinggi efikasi diri dan kepercayaan diri individu maka akan semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum. Namun masih banyak faktor lain dari kecemasan berbicara di depan umum.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan sesuai dengan tujuan penelitian bahwa yang pertama tidak terdapat hubungan efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Kedua, pada variabel kepercayaan diri yaitu adanya hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Ketiga, adanya hubungan efikasi diri dan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Penelitian ini menghasilkan sebanyak 3 hipotesis. Hal yang menyatakan bahwa efikasi diri dan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum memiliki hubungan dibuktikan dengan uji hipotesis ketiga.

Hipotesis pertama yaitu hasil uji analisis yang dilakukan bahwa hipotesis pertama bahwa nilai signifikan lebih dari 0,05 yang berarti hipotesis tersebut ditolak yang berarti tidak ada hubungan efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Surabaya. Maka, di artikan bahwa mahasiswa Surabaya yang memiliki efikasi diri masih mengalami kecemasan berbicara di depan umum.

Hipotesis kedua yaitu hasil uji analisis hipotesis tersebut diterima karena nilai signifikansinya kurang dari 0,05 yang berarti adanya hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Surabaya. Hal tersebut sesuai dengan penelitian terdahulu

bahwa semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum.

Hipotesis yang ketiga dihasilkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Surabaya karena nilai signifikannya kurang dari 0,05. Maka hal tersebut disimpulkan bahwa semakin tinggi efikasi diri dan kepercayaan diri maka semakin rendahnya kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Surabaya dengan memiliki pengaruh sebanyak 31,7% dalam penelitian ini.

## **B. SARAN**

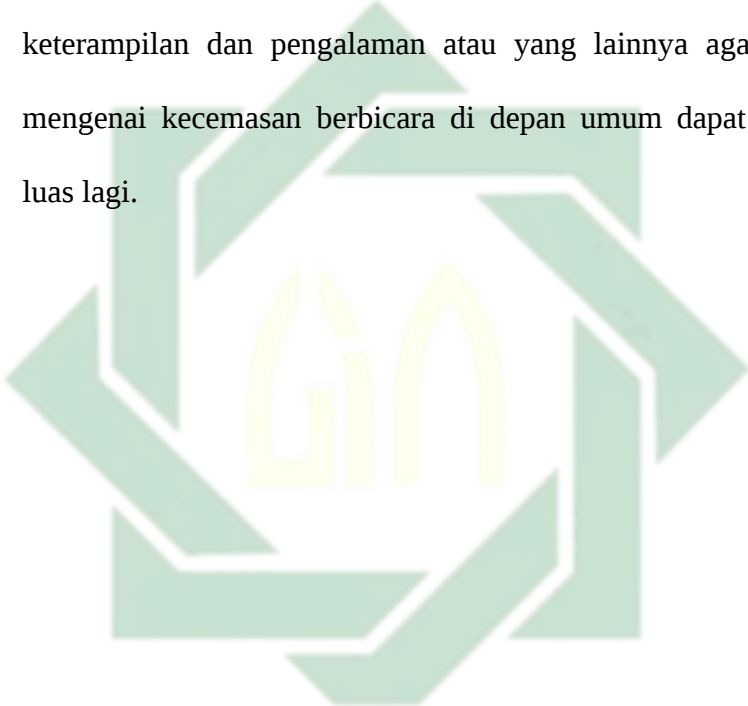
### **1. Bagi Mahasiswa**

Perlu diketahui bahwa tingkat kecemasan berbicara di depan umum termasuk kategori sedang, perlu adanya peningkatan keterampilan berbicara yang berguna untuk masa kedepannya seperti pada bidang kerja dan pendidikan. Selain itu, mahasiswa perlu menambah pengalamannya dalam berbicara di depan umum, karena mahasiswa surabaya sebagian besar memiliki efikasi diri sedang namun masih mengalami kecemasan berbicara di depan umum.

### **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi penelitian selanjutnya yang ingin membahas mengenai bidang komunikasi, peneliti menyarankan mengukur keterampilan komunikasi yang mengarah pada hasil yang positif. Namun jika ingin mengambil

judul peneliti saat ini disarankan agar menambah kriteria lebih detail lagi, serta ketika mencari responden disarankan selalu mendampingi ketika mengisi kuesioner. Peneliti selanjutnya diharapkan untuk menggunakan item yang mudah dipahami agar dimengerti oleh responden. Selain itu, berfokus pada faktor lain seperti faktor keterampilan dan pengalaman atau yang lainnya agar pembahasan mengenai kecemasan berbicara di depan umum dapat dibahas lebih luas lagi.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR PUSTAKA

- <https://www.suara.com/lifestyle/2021/06/22/104520/ini-ragam-alasan-orang-gugup-saat-tampil-presentasi>
- <https://jatim.bps.go.id/statictable/2021/09/06/2218/jumlah-perguruan-tinggi-mahasiswa-dan-tenaga-pendidik-negeri-dan-swasta-di-bawah-kementerian-ri-set-teknologi-dan-pendidikan-tinggi-menurut-kabupaten-kota-2019-dan-2020.html>
- <https://jatim.bps.go.id/statictable/2019/10/09/1658/jumlah-perguruan-tinggi-mahasiswa-dan-tenaga-edukatif-negeri-dan-swasta-di-bawah-kementrian-ri-set-teknologi-dan-pendidikan-menurut-kabupaten-kota-di-jawa-timur-2018-2019-.html>
- Anwar, A. I. D. (2012). *Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara*.
- Arikunto, S. (2002). *Metodologi Penelitian*. Pt. Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2016). *Dasar-Dasar Psikometri*. Pusataka Belajar Offset.
- Bandura, A. (2012). *On the functional properties of perceived self-efficacy revisited*. *Journal of Management*. 38(1), 9–44.
- Bárkányi, Z. (2021). Motivation , self-efficacy beliefs , and speaking anxiety in language MOOCs. *Cambridge University Press*, 33(2), 143–160. <https://doi.org/10.1017/S0958344021000033>
- Bayhaqi, A. Z. S. M. A. R. (2017). Metode Expressive Writing Untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi Volume 2 Nomor 2* (ISSN:2548-4044), 146–154.
- Bendunganjati, I. P. K. A. C. (2013). *Modul Psikologi Komunikasi*. Institut Pesantren KH. Abdul Chalim Bendunganjati -. <http://repository.uinbanten.ac.id/id/eprint/581>
- Bureni, I. Y. (2019). *Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Communication Apprehension Pada Mahasiswa*.
- Chandra, T. C. (2015). Hambatan Komunikasi dalam Aktivitas Bimbingan Belajar antara Tutor dengan Anak kelas V SD di Bantaran Sungai Kalimas surabaya. *Jurnal E Komunikasi*, 3(2), 1–12.
- Chaplin, J. P. (2009). *Kamus Lengkap Psikologi*. Grafindo Persada.

- Cramer, R. J., Neal, T. M. S., & Brodsky, S. L. (2009). Self-Efficacy and Confidence: Theoretical Distinctions and Implications for Trial Consultation. *Consulting Psychology Journal*, 61(4), 319–334. <https://doi.org/10.1037/a0017310>
- Deviyanthi, Ni Made Ferra Sarah & Widiyasavitri, P. N. (2016). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Komunikasi dalam Mempresentasikan Tugas di Depan Kelas. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(2), 342–353.
- Febrina, I. (2019). *Efikasi Diri dan Kecemasan Berbicara Pada Mahasiswa*.
- Fitriadi, R. (2021). *Hubungan self-eficacy dengan kontrol diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa fakultas psikologi uin suska ria*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.
- Flammer, A. (2015). Self-Efficacy. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences: Second Edition*, 4(1994), 504–508. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.25033-2>
- Gunarsa, S. D. (2007). *Konseling dan Psikoterapi* (S. R. B. G. Mulia (ed.)). PT. Mandiriabadi. [https://www.google.co.id/books/edition/Konseling\\_Dan\\_Psikoterapi/-vjjvGDxJi4C?hl=id&gbpv=1&dq=asertif+adalah&pg=PA215&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Konseling_Dan_Psikoterapi/-vjjvGDxJi4C?hl=id&gbpv=1&dq=asertif+adalah&pg=PA215&printsec=frontcover)
- Haedar, P. (2021). Hubungan Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Siswa SMP Negeri 8 Palopo. (Skripsi), *Universitas Muhammadiyah Palopo*.
- Harianti, N. (2014). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Wisnuwardhana Malang. *Psikovidya*, 18(1), 80–98.
- Haziqatuzikra & Nio, S. R. (2019). Hubungan self-eficacy dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa kpi uinib padang. *Jurnal Riset Psikologi*, 000(01).
- Hendryadi, H. (2017). Validitas Isi: Tahap Awal Pengembangan Kuesioner. *Jurnal Riset Manajemen Dan Bisnis (JRMB) Fakultas Ekonomi UNIAT*, 2(2), 169–178. <https://doi.org/10.36226/jrmb.v2i2.47>
- Hermawan, A. (2005). *Penelitian Bisnis Paradigma Kuantitatif*. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Himmah, F. (2020). *Hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa baru fakultas psikologi uin maulana malik ibrahim malang*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Jannah, N. N. (2021). *Pengaruh Self Efficacy Akademik, Moral Integrity,*

*Religiusitas dan Konformitas terhadap Academic Dishonesty pada siswa selama masa pandemi Covid-19* [UIN Sunan Ampel Surabaya]. <http://digilib.uinsby.ac.id/id/eprint/49875>

- Jendra & Sugiyo, A. F. (2020). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Presentasi Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Wuryantoro. *KONSELING EDUKASI "Journal of Guidance and Counseling,"* 4(1), 138–159. <https://doi.org/10.21043/konseling.v4i1.5992>
- Karuawan, M. Z. (2019). Refleksi Kecemasan Dalam Final Destination 3 Karya James Wong. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Kasih, D., & Sudarji, S. (2012). Hubungan self efficacy terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa program studi psikologi Universitas Bunda Mulia. *Jurnal Psibernetika*, 5(2), 46–58.
- Kholidah, E., & Alsa, a. (2012). Berpikir Positif untuk Menurunkan Stres Psikologis. *Jurnal Psikologi*, 39(1), 67–75. <http://jurnal.psikologi.ugm.ac.id/index.php/fpsi/article/view/180>
- Khoriroh, N. (2018). PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI DAN KETERAMPILAN BERKOMUNIKASI TERHADAP KEMAMPUAN PUBLIC SPEAKING MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ADMINISTRASI PERKANTORAN FAKULTAS EKONOMI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA [UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA]. In *Advanced Optical Materials* (Vol. 10, Issue 1). <https://doi.org/10.1103/PhysRevB.101.089902><http://dx.doi.org/10.1016/j.nantod.2015.04.009><http://dx.doi.org/10.1038/s41467-018-05514-9><http://dx.doi.org/10.1038/s41467-019-13856-1><http://dx.doi.org/10.1038/s41467-020-14365-2><http://dx.doi.org/10.1038/s41467-020-14365-2>
- Lianto, L. (2019). Self-Efficacy: A Brief Literature Review. *Jurnal Manajemen Motivasi*, 15(2), 55. <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>
- Lisantias, C., Loekmono, & Yustinus, W. (2019). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Progd Pendidikan Sejarah Uksw Salatiga. *Jurnal Psikologi Konseling*, 15(2), 462–473.
- Makaria, E. C., Rachman, A., & Rachmayanie J, R. (2020). Korelasi Kepercayaan Diri dan Efikasi Diri Akademik Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling Angkatan 2018. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 5(1), 1–5. <https://doi.org/10.21067/jki.v5i1.2979>
- Mede, E. (2017). *The Predictor Roles of Speaking Anxiety and English Self Efficacy on Foreign Language Speaking Anxiety*. 6(1), 117–131.
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik* (D. N. Hidayat (ed.)). Zifatama Jawa.

- Mujiadi. (2003). *Psikologi Perkembangan* (G. M. U. Press (ed.)).
- Muqodas, H. E. P. & I. (2019). *Pendekata Concrete-Pictorial-Abstract (CPA), Kecemasan Matematis, Self Efficacy Matematis, Instrumen Dan Rancangan Pembelajarannya* (M. A. W. & A. Yulianto (ed.)). UPI Sumedang Press.
- Muslimah, A. (2019). *Pengaruh situational dan predispositional terhadap kecemasan berbicara di depan umum*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Muslimin, K. (2013). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa di Depan Umum (Kasus Mahasiswa Fakultas Dakwah INISNU Jepara). *Jurnal Interaksi*, II, 42–52. [http://eprints.undip.ac.id/37133/1/SUMMARY\\_SKRIPSI\\_Lusty\\_Septi\\_Muharomi.pdf](http://eprints.undip.ac.id/37133/1/SUMMARY_SKRIPSI_Lusty_Septi_Muharomi.pdf)
- Musyafa, M. I. (2017). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Komunikasi dalam bersiaran pada Penyiar Radio Kota Malang. In *Jurnal Keperawatan. Universitas Muhammadiyah Malang* (Vol. 4, Issue 1). <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/en/mdl-20203177951%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/s41562-020-0887-9%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/s41562-020-0884-z%0Ahttps://doi.org/10.1080/13669877.2020.1758193%0Ahttp://serisc.org/journals/index.php/IJAST/article>
- Mutmainah, S. (2016). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Ppl Jurusan Bpi Tahun Akademik 2016/2017 Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin Walisongo Semarang* (Issue July). Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Myers, D. G. (1989). *Psychology 6th*. Worth Publisher, Inc.
- Nasution, A. V. R., Harahap, J. M., & Ritonga, N. (2020). Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Kepercayaan Diri Terhadap Produktivitas Kerja. *Kapital: Jurnal Ilmu Manajemen*, 02(01), 33–46. <https://ejurnal.univalabuhanbatu.ac.id/index.php/kapital/article/view/217>
- Ni Made Ferra Sarah Deviyanthi. (2016). Hubungan antara Efikasi Diri denganKecemasan Komunikasi dalam Mmepresentasikan Tugas di Depan Kelas. *Journal Insight*, 1(2), 13–30.
- Nor Fatmah, Hemy Heryati Anward, M. D. M. (2021). Efikasi Diri dan Kepercayaan Diri Mahasiswa PGSD terkait kecemasan berbicara di depan umum. *Jurnal Literasi Psikologi*, 1(1), 034–043.
- Nur Inah Ety. (2015). PERAN KOMUNIKASI DALAM INTERAKSI GURU DAN SISWA Ety Nur Inah. *Al-Ta'dib*, 8(2), 150–167.
- Prabowo, A., & Fatonah, S. (2014). Kecemasan Komunikasi Dalam Relasi antar

Etnik. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 13(3), 231–242.

Prasetya Chandra Sugiharta. (2016). *Hubungan kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa pgsd ngaliyan universitas negeri semarang*. Universitas Negeri Semarang.

Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>

Rakhmat, J. (2012). *Psikologi Komunikasi* (T. Surjaman (ed.)). PT. Remaja Rosdakarya.

Riani, W., & Rozali, Y. (2014). Hubungan Antara Self Efficacy Dan Kecemasan Saat Presentasi Pada Mahasiswa Univeristas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 12(01).

Ririn, Asmidir, & Marjohan. (2013). Hubungan Antara Keterampilan Komunikasi Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum. *Konselor*, 2(1), 273–278. <https://doi.org/10.24036/02013211203-0-00>

Rogers E. (2012). The Influence of a Patient-Counseling Course on the Communication Apprehension, Outcome Expectations, and Self-Efficacy of First-Year Pharmacy Students. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 76(8), 152.

Rustanto, A. E. (2017). Kepercayaan Diri Dan Efikasi Diri Terhadap Kematangan Karir Mahasiswa Di Politeknik Lp3I Jakarta Kampus Jakarta Utara. *Jurnal Lentera Bisnis*, 5(2), 1. <https://doi.org/10.34127/jrlab.v5i2.31>

Saputri, D. N. D. (2021). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswi. *Jurnal Psikogenesis*, 3(2), 187–198.

Saputri, V. F., & Indrawati, E. S. (2017). Hubungan Antara Konsep Diri dan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Sukoharjo. *Jurnal Empati*, 6(1), 425–430.

Sari, D. P. (2021). Tingkat Ketercapaian Tugas Perkembangan Dewasa Awal: Studi Deskriptif pada Mahasiswa IAIN Curup. *Islamic Counseling : Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(2), 243. <https://doi.org/10.29240/jbk.v5i2.3330>

Setiawan, C. K., & Yosepha, S. Y. (2020). Pengaruh Green Marketing Dan Brand Image Terhadap Keputusan Pembelian Produk The Body Shop Indonesia (Studi Kasus Pada Followers Account Twitter @TheBodyShopIndo) Cruisietta. *Jurnal Ilmiah M-Progress*, 10(1), 1–9.

Sri Juwita, Ivan Muhammad Agung, dan R. R. (2020). Hubungan antara

- Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa. *Psikologi Konseling*, 2(2), 103–109. <https://doi.org/10.24114/konseling.v15i2.16192>
- Sugiarto, A. D. (2017). Hubungan Antara Kestabilan Emosi Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (19th ed.). Alfabeta.
- Sumardi, C. R. S. (2017). *Hubungan antara self-efficacy dengan kecemasan berbicara saat melakukan presentasi di kelas pada mahasiswa fakultas psikologi universitas kristen satya wacana salatiga angkatan 2016*. Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Supriyadi, L. B. (2018). *Penyusunan Skala Kecemasan Aspek Emosi Siswa Kelas IV SD*. UNIVERSITAS SANATA DHARMA YOGYAKARTA.
- Susanto, M. (2018). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana*. Universitas Kristen Satya Wacana.
- Syafitri, D. K. (2020). *Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara bahasa asing di depan umum pada mahasiswa pendidikan bahasa jepang universitas negeri semarang angkatan 2018*. Universitas Negeri Semarang.
- Tiara, E. T. M. (2010). *Deskripsi tingkat kecemasan berbicara di depan kelas siswa kelas x & kelas xi sma fransiskus bandar lampung tahun ajaran 2009/2010*. UNIVERSITAS SANATA DHARMA YOGYAKARTA.
- Tobing, I. S. (2008). Teknik Estimasi Ukuran Populasi Suatu Spesies Primata. *Vis Vitalis*, 01(1), 43–52.
- Tridinanti, G. (2018). The Correlation between Speaking Anxiety, Self-Confidence, and Speaking Achievement of Undergraduate EFL Students of Private University in Palembang. *International Journal of Education and Literacy Studies*, 6(4), 35. <https://doi.org/10.7575/aiac.ijels.v.6n.4p.35>
- Ujang Mahadi. (2021). JOPPAS: Journal of Public Policy and Administration Silampari. *KOMUNIKASI PENDIDIKAN (Urgensi Komunikasi Efektif Dalam Proses Pembelajaran)*, 2, 80–90.
- Wahyuni, S. (2014). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi. *Jurnal Psikologi*, 2(1), 50–62.
- Widana, W., & Muliani, P. L. (2020). Uji Persyaratan Analisis. In *Analisis Standar Pelayanan Minimal Pada Instalasi Rawat Jalan di RSUD Kota*

*Semarang.*

Widyana, A. W. A. C. & R. (2017). Hubungan ANtara Berpikir Positif dan Efikasi Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Progam Studi Ilmu Komunikasi Universitas X Jakarta. *Jurnal Psikologi*, 13(1858–3970), 14–25.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A