

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah individu yang sedang menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi. Rentang usia Mahasiswa mulai dari usia 18 tahun ke atas. Menurut tahap perkembangan Piaget (dalam Santrock, 2014), Mahasiswa sudah berada pada tahap operasional formal, sehingga Mahasiswa sudah mampu mandiri, mampu berpikir secara abstrak dan logis, serta mampu membuat rencana-rencana dalam menyelesaikan masalah. Sebagai makhluk sosial, Mahasiswa tidak akan terlepas dari aktivitas yang berhubungan dengan interaksi dengan orang lain terutama yang berkaitan dengan berbicara interpersonal maupun di depan umum. Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Connor (dalam Anwar, 2010) mengatakan bahwa berbicara dapat menggambarkan bagaimana seseorang memahami dan merasakan dirinya (*sense of self*), bagaimana cara seseorang berinteraksi dengan lingkungan sosialnya serta menyelesaikan konflik. Mahasiswa dapat menjadi pembicara, pendengar, serta pelaku media (*media participant*), yang kompeten dalam berbagai situasi dilingkungan sosialnya.

Menurut Jourdan (dalam Simanjuntak, 2015) dalam dunia pendidikan tidak akan terlepas dari berbicara di depan umum. Sistem pembelajaran tidak akan berjalan lancar tanpa adanya berbicara di depan umum, pada dasarnya pendidikan tidak akan terlahir tanpa adanya berbicara di depan umum baik secara verbal atau non-verbal. Berbicara di depan umum merupakan suatu bentuk dari sebuah interaksi dengan tujuan untuk menyampaikan informasi atau pesan yang dilakukan secara lisan maupun tulisan. Berbicara di depan umum pula dilakukan untuk saling bertukar ide dan gagasan antar individu atau kelompok. Namun, pada kenyataannya terdapat beberapa Mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan berbicara di depan umum, seperti tidak memiliki motivasi untuk melakukan berbicara di depan umum, merasa canggung ketika berhadapan dengan orang baru, dan kurang adanya dukungan dari lingkungannya, sehingga Mahasiswa tersebut mengalami kecemasan dalam melakukan berbicara di depan umum (*Communication Apprehension*).

Hal inisejalan dengan Rogers (2003) mengatakan bahwa *Communication Apprehension* merupakan perasaan gugup dan tidak nyaman yang dialami individu ketika melakukan berbicara di depan umum, perasaan takut untuk berbicara di hadapan banyak orang. Berikut merupakan hasil survei yang dilakukan oleh Fitri (2016) dalam penelitiannya dengan topik Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Ditinjau Dari *Self-Efficacy* Mahasiswa Baru UKWMS, mengenai kecemasan

berbicara di depan umum pada Mahasiswa, diketahui terdapat hasil bahwa 66% Mahasiswa mengatakan bahwa saat berbicara di depan umum mereka merasa blank, keluar keringat dingin, tidak dapat berkata-kata secara jelas, detak jantung berdetak dengan kencang, dan kadang-kadang gemetar. Sedangkan pada 34% Mahasiswa lainnya mengatakan bahwa mereka tidak merasakan hal tersebut. Menurut Green Berger dan Padesky (dalam Pertiwi, 2017) mengatakan bahwa Mahasiswa yang diduga mengalami *Communication Apprehension* memiliki ciri-ciri seperti tangan berkeringat, gugup, panik, jantung berdebar cepat, sesak napas, menganggap bahwa berbicara di depan umum merupakan suatu ancaman, menganggap dirinya tidak mampu menjalankan dan menyelesaikan masalahnya, menghindari dari situasi yang mengharuskannya berbicara di depan umum. Tetapi, terdapat juga Mahasiswa yang tidak mengalami *Communication Apprehension* yang dapat dilihat dari ciri-cirinya seperti bersikap tenang, tidak “was-was,” memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu menyelesaikan setiap permasalahan, tidak menghindari situasi yang mengharuskannya melakukan berbicara di depan umum dengan baik.

Kecemasan berbicara didepan umum (*Communication Apprehension*) pada Mahasiswa dapat disebabkan oleh berbagai macam hal. Menurut Geist (dalam Feist & Feist, 2013) kecemasan dapat bersumber dari berbagai macam hal seperti tuntutan dari lingkungan sosial yang terlalu tinggi, sehingga ketika Mahasiswa menerima suatu tugas mereka tidak memiliki keyakinan atas kemampuan yang dimilikinya. Menurut Motley (dalam Harianti, 2014) mengatakan bahwa terdapat sekitar 85% dari warga Amerika mengalami kecemasan yang berkaitan dengan berbicara di depan umum dan 15%-20% Mahasiswa amerika mengalami kecemasan berbicara di depan umum.

Sebagai individu terpelajar, Mahasiswa memiliki banyak modal pengetahuan sehingga diharapkan dapat terlihat lebih aktif, membuka wawasan, dan lebih percaya diri ketika berbicara di depan umum seperti dalam forum diskusi, perkuliahan, seminar, serta dalam situasi informal lainnya. Kemampuan berbicara di depan umum ini yang harus dimiliki oleh setiap Mahasiswa (Apollo, 2007). Menurut (Harianti, 2014) mengatakan bahwa ketidakmampuan individu dalam melawan kecemasan dapat berakibat pada pembentukan rasa rendah diri, meremehkan diri sendiri, menganggap dirinya tidak menyenangkan bagi orang lain, segala pikiran negatif tersebut yang dapat menjadi faktor penghambat perkembangan dirinya untuk jangka yang panjang, sedangkan untuk berbicara di depan umum, pikiran negatif tersebut akan menyebabkan tidak terkendalinya situasi. Seseorang yang mengalami kecemasan karena adanya proses pembelajaran dari dalam dirinya, yang dapat disebabkan oleh tidak adanya dukungan dalam perkembangan dirinya sehingga dapat menjadi penyebab individu mengalamikecemasan.

Dalam menghindari *Communication Apprehension* Mahasiswa diduga membutuhkan *Self-Efficacy* dalam melakukan berbicara di depan umum. Menurut Sarafino (Anwar, 2010) mengatakan bahwa dalam menangani suatu kecemasan akan

berbeda pada individu satu dengan individu yang lainnya tergantung kepada penilaian individu terhadap kemampuan yang dimilikinya yang disebut *Self-Efficacy*. Menurut (Bandura, 1997) mengatakan bahwa *Self-Efficacy* merupakan kemampuan seseorang dalam mengontrol keberfungsian individu itu sendiri atau lingkungan sekitarnya. Keyakinan terhadap diri sendiri harus dimiliki oleh para pelajar atau Mahasiswa. Keyakinan yang akan mengarahkan kepada pemilihan tindakan, mengerahkan usaha, serta dalam keuletan individu. Keyakinan yang didasari oleh batas-batas kemampuan yang dirasakan akan menuntut individu berperilaku secara efektif (Prakosa, 1996). Maka dari itu Mahasiswa yang memiliki *Self-Efficacy* tinggi mampu menyelesaikan permasalahannya dalam mengerjakan tugas dari yang mudah hingga sulit seperti dalam presentasi dan diskusi, membangun berbicara dengan orang lain dengan baik, tidak merasa terbebani ketika terdapat situasi yang mengharuskannya untuk berbicara di depan umum, memiliki motivasi untuk berkomunikasi, tidak memikirkan hal-hal buruk yang belum tentu akan terjadi.

Sebaliknya, ketika Mahasiswa memiliki *Self-Efficacy* yang rendah maka Mahasiswa tersebut tidak dapat menyelesaikan permasalahannya, tidak memiliki keinginan untuk melakukan berbicara di depan umum dan berinteraksi dengan orang lain, merasa terbebani ketika dihadapkan pada situasi yang mengharuskannya berbicara di depan umum, tidak yakin akan kemampuannya dalam melakukan berbicara di depan umum secara personal atau pun di depan umum, tidak memiliki motivasi dalam melakukan berbicara di depan umum, memikirkan hal-hal buruk yang belum tentu terjadi. Hal ini sejalan dengan yang dikatakan Albert Bandura, dkk., (dalam King, 2010) bahwa *Self-Efficacy* merupakan keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai sesuatu situasi dan juga dapat menghasilkan sesuatu yang positif. Mahasiswa yang memiliki *Self-Efficacy* yang tinggi mereka akan cenderung menyelesaikan segala tuntutan tugasnya, menilai bahwa dirinya bermanfaat untuk orang lain, dan memiliki kepercayaan atas kemampuannya dalam melakukan berbicara di depan umum, maka Mahasiswa tersebut memiliki *Communication Apprehension* yang rendah. Sebaliknya ketika Mahasiswa yang memiliki *Self-Efficacy* yang rendah mereka cenderung tidak akan menyelesaikan segala tuntutan tugasnya, menilai bahwa dirinya tidak yakin terhadap kemampuannya, dan tidak percaya diri terhadap kemampuannya dalam melakukan berbicara di depan umum, maka Mahasiswa tersebut memiliki *Communication Apprehension* yang tinggi.

Ketika Mahasiswa yang memiliki *Communication Apprehension* rendah, Mahasiswa tersebut akan berusaha untuk melakukan berbicara di depan umum antar individu maupun di depan umum, tidak menghindar ketika berada di situasi yang mengharuskannya melakukan berbicara di depan umum seperti berdiskusi dan presentasi, memiliki minat dalam kegiatan berbicara di depan umum, mampu melakukan pengontrolan situasi ketika berbicara di depan umum, dengan *Self-*

Efficacy yang tinggi. Sedangkan pada Mahasiswa yang memiliki *Communication Apprehension* yang tinggi mereka akan cenderung menghindari segala kegiatan yang berhubungan dengan berbicara di depan umum, tidak memiliki usaha untuk melakukan berbicara antar individu atau di depan, tidak memiliki minat dalam melakukan berbicara di depan umum atau orang baru, tidak dapat mengontrol situasi ketika berberbicara dengan orang baru atau di depan umum, dengan *Self-Efficacy* yang rendah. Hal ini sejalan dengan yang dikatakan oleh Rogers (dalam Anggraini dkk., 2017) mengatakan bahwa *Communication Apprehension* merupakan perasaan gugup dan tidak nyaman yang dialami individu ketika melakukan berbicara di depan umum, perasaan takut untuk berbicara di hadapan banyak orang. Sejalan dengan penelitian Riani & Rozali (2014) diketahui bahwa terdapat 39,2% Mahasiswa dengan *Self-Efficacy* sedang dan 38,3% Mahasiswa dengan kecemasan sedang, sehingga terdapat hubungan negatif antara *Self-Efficacy* dengan kecemasan. Artinya semakin tinggi *Self-Efficacy* yang dimiliki Mahasiswa maka akan semakin rendah tingkat kecemasannya, sebaliknya jika Mahasiswa memiliki tingkat *Self-Efficacy* yang rendah maka akan memiliki tingkat kecemasan yang tinggi.

Adapun perbedaan di dalam penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu terdapat perbedaan variabel yang dikaitkan. selain itu, ada pula populasi yang lebih luas dari penelitian sebelumnya yakni Mahasiswa diseluruh Indonesia. Serta perbedaan tempat penelelitian yaitu di wilayah Jakarta. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk melihat Hubungan *Self-Efficacy* dengan *Communication Apprehension* pada Mahasiswa, di Jakarta.

1.2 Rumusan Masalah

1. Apakah ada hubungan antara *Self-Efficacy* dengan *Communication Apprehension* pada Mahasiswa, di Jakarta?
2. Bagaimana tingkatan *Self-Efficacy* dan *Communication Apprehension* yang dimiliki Mahasiswa, di Jakarta?
3. Bagaimana gambaran *Communication Apprehension* pada Mahasiswa berdasarkan memiliki kelompok pertemanan dan jenis kelamin?

1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.3.1 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengetahui Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan *Communication Apprehension* pada Mahasiswa, di Jakarta.

2. Mengetahui tingkatan *Self-Efficacy* dan *Communication Apprehension* yang dimiliki Mahasiswa, di Jakarta.
3. Mengetahui gambaran *Communication Apprehension* pada Mahasiswa berdasarkan memiliki kelompok pertemanan dari teman dan jenis kelamin.

1.3.2 Manfaat

a.) Manfaat Teoritis

Berguna bagi pengembangan ilmu pengetahuan psikologi, terutama psikologi pendidikan dan klinis yang berhubungan dengan *Self-Efficacy* dan *Communication Apprehension*.

b.) Manfaat Praktis

- Membantu Mahasiswa dalam meningkatkan *Self-Efficacy* dalam melakukan berbicara secara personal maupun di depan umum.
- Membantu pihak kampus untuk mengetahui tingkat *Self-Efficacy* dan tingkat *Communication Apprehension* pada Mahasiswa. Hal tersebut dapat berguna untuk memberikan pengembangan bagi Mahasiswa dalam meningkatkan *Self-Efficacy* serta mengurangi *Communication Apprehension*.

1.4 Kerangka Berpikir

Sebagai makhluk sosial, Mahasiswa tidak akan terlepas dari aktivitas yang berhubungan dengan interaksi dengan orang lain terutama yang berkaitan dengan berbicara interpersonal maupun di depan umum.

Berbicara merupakan suatu bentuk dari sebuah interaksi dengan tujuan untuk menyampaikan informasi atau pesan yang dilakukan secara lisan maupun tulisan. Berbicara pula dilakukan untuk saling bertukar ide dan gagasan antar individu atau kelompok. Namun, pada kenyataannya terdapat beberapa Mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan berbicara di depan umum, seperti tidak memiliki motivasi untuk melakukan berbicara di depan umum, merasa canggung ketika berhadapan dengan orang baru, dan kurang adanya dukungan dari lingkungannya, sehingga Mahasiswa tersebut mengalami kecemasan dalam melakukan berbicara di depan umum (*Communication Apprehension*).

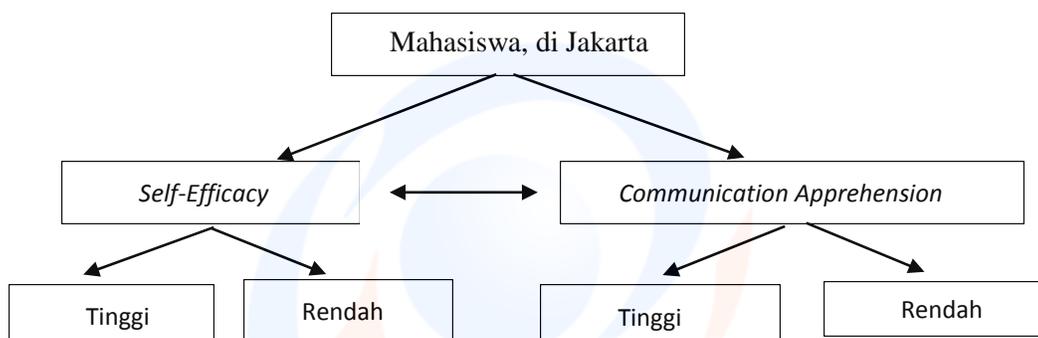
Mahasiswa yang diduga mengalami *Communication Apprehension* memiliki ciri-ciri seperti tangan berkeringat, gugup, panik, jantung berdebar cepat, sesak napas, menganggap bahwa berbicara di depan umum merupakan suatu ancaman, menganggap dirinya tidak mampu menjalankan dan menyelesaikan masalahnya, menghindari dari situasi yang mengharuskannya berbicara di depan umum. Tetapi, terdapat juga Mahasiswa yang tidak mengalami *Communication Apprehension* yang

dapat dilihat dari ciri-cirinya seperti bersikap tenang, tidak “was-was,” memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu menyelesaikan setiap permasalahan, tidak menghindari situasi yang mengharuskannya melakukan berbicara di depan umum dengan baik.

Keyakinan terhadap diri sendiri harus dimiliki oleh para pelajar atau Mahasiswa. Keyakinan yang akan mengarahkan kepada pemilihan tindakan, mengerahkan usaha, serta dalam keuletan individu. Keyakinan yang didasari oleh batas-batas kemampuan yang dirasakan akan menuntut individu berperilaku secara efektif.

Mahasiswa yang memiliki *Self-Efficacy* yang tinggi mereka akan cenderung menyelesaikan segala tuntutan tugasnya, menilai bahwa dirinya bermanfaat untuk orang lain, dan memiliki kepercayaan atas kemampuannya dalam melakukan berbicara, maka Mahasiswa tersebut memiliki *Communication Apprehension* yang rendah. Sebaliknya ketika Mahasiswa yang memiliki *Self-Efficacy* yang rendah mereka cenderung tidak akan menyelesaikan segala tuntutan tugasnya, menilai bahwa dirinya tidak yakin terhadap kemampuannya, dan tidak percaya diri terhadap kemampuannya dalam melakukan berbicara, maka Mahasiswa tersebut memiliki *Communication Apprehension* yang tinggi.

Ketika Mahasiswa yang memiliki *Communication Apprehension* rendah, Mahasiswa tersebut akan berusaha untuk melakukan berbicara antar individu maupun di depan umum, tidak menghindar ketika berada di situasi yang mengharuskannya melakukan berbicara di depan umum seperti berdiskusi dan presentasi, memiliki minat dalam kegiatan berbicara, mampu melakukan pengontrolan situasi ketika berbicara di depan umum, dengan *Self-Efficacy* yang tinggi. Sedangkan pada Mahasiswa yang memiliki *Communication Apprehension* yang tinggi mereka akan cenderung menghindari segala kegiatan yang berhubungan dengan berbicara di depan umum, tidak memiliki usaha untuk melakukan berbicara antar individu atau di depan, tidak memiliki minat dalam melakukan berbicara di depan umum atau orang baru, tidak dapat mengontrol situasi ketika berbicara dengan orang baru atau di depan umum, dengan *Self-Efficacy* yang rendah.



1.5 Hipotesis

Penelitian ini memiliki hipotesis “Ada Hubungan negatif signifikan antara *Self-Efficacy* dengan *Communication Apprehension* pada Mahasiswa, di Jakarta”