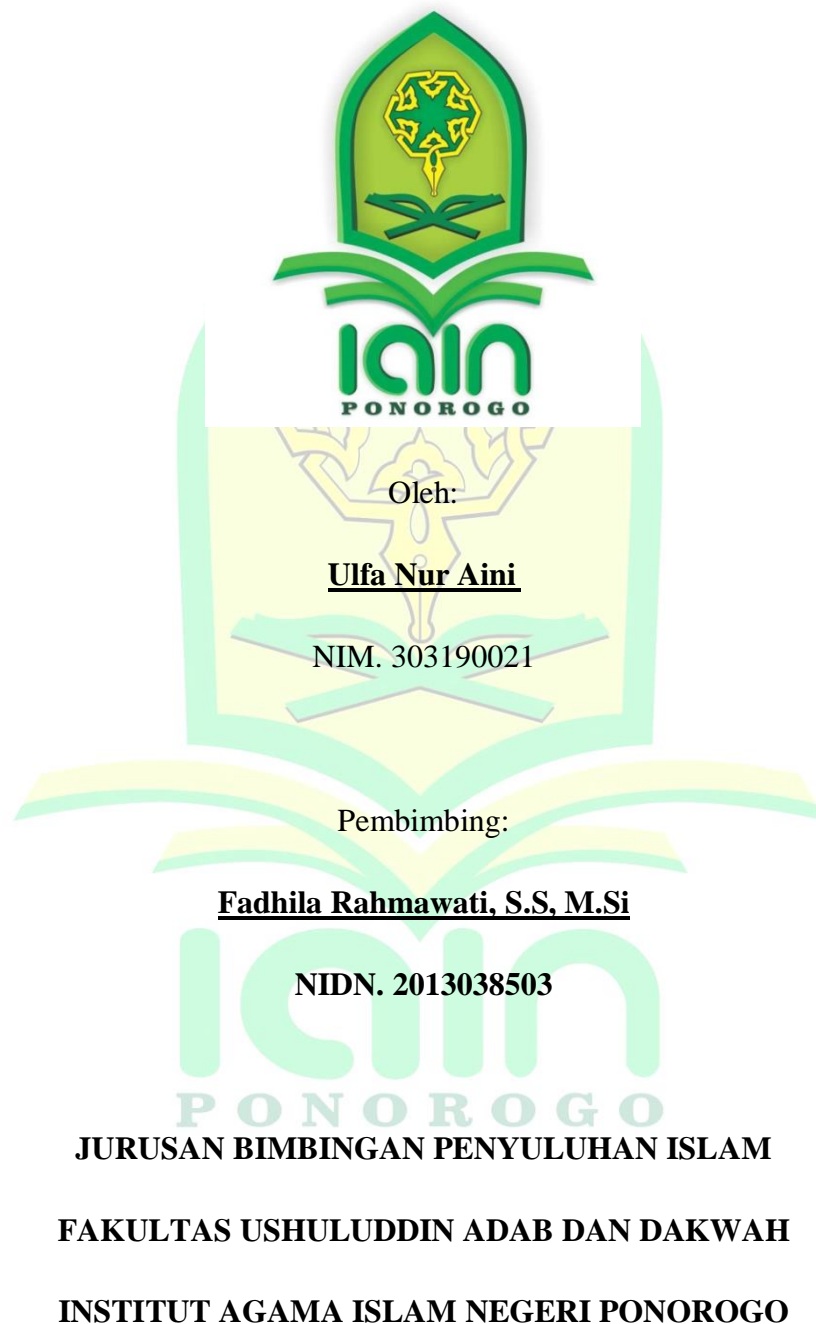


**HUBUNGAN *SELF ESTEEM* DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI
DEPAN UMUM MAHASISWA BPI IAIN PONOROGO**

SKRIPSI



2023

**HUBUNGAN *SELF ESTEEM* DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI
DEPAN UMUM MAHASISWA BPI IAIN PONOROGO**

SKRIPSI

**Diajukan untuk melengkapi sebagian syarat-syarat guna memperoleh gelar
sarjana program strata satu (S-1) pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan
Dakwah**

Institut Agama Islam Negeri

Ponorogo

Oleh:

Ulfa Nur Aini

NIM. 303190021

Pembimbing:

Fadhila Rahmawati S.S, M.Si.

NIDN. 2013038503



**JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)**

PONOROGO

2023

ABSTRAK

Aini, Ulfa Nur. 2023. Hubungan *Self Esteem* Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Mahasiswa BPI IAIN Ponorogo. Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah. Pembimbing Fadhila Rahmawati S.S M.Si.

Kata Kunci : *Self Esteem*, Kecemasan Berbicara, Mahasiswa.

Kemampuan berbicara di depan umum sangat berkaitan dengan tingkat kepercayaan dalam diri seseorang. Kepercayaan diri adalah kemampuan seseorang untuk menguasai situasi dan keyakinan untuk memperoleh hasil yang baik. Kepercayaan diri di sini sangat berperan penting dalam mengurangi rasa cemas yang muncul ketika berbicara baik personal maupun ketika sedang berada di depan orang banyak.

Namun, mahasiswa seringkali merasa cemas untuk mengungkapkan pikirannya secara lisan, baik pada saat diskusi berlangsung, saat mengajukan pertanyaan pada dosen, ataupun ketika berbicara di depan kelas saat presentasi berlangsung. Kondisi tersebut ditandai dengan ketakutan dan menunjukkan performansi maupun interaksionalnya dengan orang lain.

Dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan analisis *korelasi product moment*. Populasi dalam penelitian ini adalah 224 mahasiswa dengan sampel 105 mahasiswa sehingga metode sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan uji instrumen (validitas dan reliabilitas), uji asumsi (normalitas dan homogenitas), uji hipotesis dan uji statistik (deskriptif dan inferensial).

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *self esteem* dengan kecemasan berbicara mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam, dengan nilai korelasi r 0,538 dengan signifikan $0,000 < 0,01$. H_a diterima H_o ditolak artinya terdapat hubungan antara *self esteem* dengan kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa BPI IAIN Ponorogo. Semakin tinggi *self esteem* maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum begitupun sebaliknya.

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Skripsi atas nama saudara/i:

Nama : Ulfa Nur Aini

NIM : 303190021

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Judul : Hubungan *Self Esteem* Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Mahasiswa BPI IAIN Ponorogo.

Menyatakan bahwa tugas akhir skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan sepanjang pengetahuan saya dan bukan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain sebagai persyaratan penyelesaian studi di Institut Agama Islam Negeri Ponorogo, kecuali bagian-bagian tertentu yang saya ambil sebagai acuan dengan mengikuti tata cara dan penulisan karya ilmiah yang lazim. Jika ternyata terbukti pernyataan ini tidak benar, sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Ponorogo, 24 Maret 2023



Ulfa Nur Aini

303190021

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Hal : Pengajuan Munaqosah Skripsi
Kepada : Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Ponorogo

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah secara cermat kami baca dan teliti kembali dan setelah diadakan perbaikan atau penyempurnaan sesuai dengan petunjuk dan arahan kami, maka kami berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Ulfa Nur Aini
NIM : 303190021
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Judul : Hubungan *Self Esteem* Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Mahasiswa BPI IAIN Ponorogo

Telah memenuhi syarat untuk diajukan dalam sidang munaqosah skripsi Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Ponorogo. Untuk itu, kami mengharap atas persetujuan munaqosahnya.

Atas perhatiannya, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Pembimbing



Fadhila Rahmawati S.S., M.Si.

NIDN. 2013038503

LEMBAR PERSETUJUAN (Nota Dinas)

Skripsi atas nama saudara :

Nama : Ulfa Nur Aini
NIM : 303190021
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Judul : Hubungan *Self Esteem* Dengan Kecemasan Berbicara di
Depan Umum Mahasiswa BPI IAIN Ponorogo

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji dalam ujian munaqosah.

Ponorogo, 21 Maret 2023

Mengetahui,

Kajur BPI



Muhammad Nurdin, M. Ag

NIP. 19760413200501001

Menyetujui

Pembimbing

Fadhila Rahmawati, S.S, M.Si

NIDN. 2013038503

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ulfa Nur Aini

NIM : 303190021

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

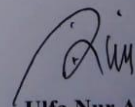
Judul : Hubungan *Self Esteem* Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Mahasiswa BPI IAIN Ponorogo

Menyatakan bahwa skripsi/tesis telah diperiksa dan disahkan oleh dosen pembimbing. Selanjutnya saya bersedia naskah tersebut dipublikasikan oleh perpustakaan IAIN Ponorogo yang dapat diakses di etheses.iainponorogo.ac.id. Adapun isi dari keseluruhan tulisan tersebut, sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis.

Demikian pernyataan saya untuk dapat dipergunakan semestinya.

Ponorogo, 29 Mei 2023

Penulis



Ulfa Nur Aini

303190021



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
PENGESAHAN

Judul : Hubungan *Self Esteem* Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Mahasiswa BPI IAIN Ponorogo

Nama : Ulfa Nur Aini

NIM : 303190021

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Skripsi ini telah dipertahankan pada sidang munaqasah Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo pada:

Hari : Senin

Tanggal : 17 April 2023

Dan telah diterima sebagai bagian dari persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana dalam Bimbingan Penyuluhan islam (S.Sos) pada:

Hari : *Jum'at*

Tanggal : *05 Mei 2023*

Tim Penguji:

1. Ketua Sidang : Irma Runtianing UH, M.Si
2. Penguji 1 : Muhamad Nurdin, M.Ag
3. Penguji 2 : Fadhila Rahmawati, M.Si

(Prof.)
(...)
(...)

Ponorogo, 05 Mei 2023

Mengesahkan

peran,



(Signature)
Dr. H. Ahmad Munir, M. Ag
NIP. 196806161998031002

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu *skill* yang harus dikuasai mahasiswa adalah kemampuan berkomunikasi dengan orang *interpersonal*. Dengan kemampuan tersebut mahasiswa mampu menyampaikan ide, gagasan dan pengetahuan kepada masyarakat. Namun kenyataannya berbeda, banyak mahasiswa yang masih takut berbicara di depan umum.¹ Berdasarkan hasil wawancara terhadap 8 dari 10 orang mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam Institut Agama Islam Negeri Ponorogo dari mereka masih takut dan cemas berbicara di depan umum.

Kemampuan berbicara di depan umum sangat berkaitan dengan tingkat kepercayaan dalam diri seseorang. Kepercayaan diri adalah kemampuan seseorang untuk menguasai situasi dan keyakinan untuk memperoleh hasil yang baik. Kepercayaan diri di sini sangat berperan penting dalam mengurangi rasa cemas yang muncul ketika berbicara, baik personal maupun ketika sedang berada di depan orang banyak.

Beberapa bentuk komunikasi yang sering dilakukan mahasiswa adalah berbicara di depan umum seperti mengemukakan pendapat, bertanya pada dosen, mempresentasikan makalah dan penelitian, berargumen dan melakukan diskusi kelompok. Bahkan pada saat tertentu,

¹ Hakim, T. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. (Jakarta: Puspa Swara, 2005).

mahasiswa dihadapkan pada keadaan dimana harus memberikan pidato dalam sebuah seminar dan memimpin rapat dalam keorganisasian.

Sebagai mahasiswa yang umumnya mempunyai modal pengetahuan lebih banyak diharapkan dapat terlibat lebih aktif, lebih membuka wawasan dan tentunya lebih percaya diri berbicara di depan umum dalam forum seperti diskusi, seminar, kuliah atau dalam situasi informal lainnya. Kemampuan komunikasi yang efektif seperti inilah yang sangat dibutuhkan pada diri mahasiswa calon pemimpin bangsa dan intelektual muda.

Pengertian *self esteem* yaitu cara individu menilai diri atau bagaimana individu menghargai dan mencintai dirinya sendiri.² Menurut Burn *self esteem* merupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya, terutama sikap menerima, menolak dan indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan.³

Seseorang yang memiliki *self esteem* rendah cenderung lebih mudah merasakan kecemasan berbicara karena merasa dirinya diabaikan dan tidak berharga dalam sebuah percakapan dengan orang lain. *Self esteem* menjadi faktor yang berperan sangat penting dalam sebuah percakapan.

Apabila seseorang merasa kurang percaya diri, ia akan mengalami kesulitan untuk berbicara pada orang lain dan menghindari ketika

² Dariuszky G, *Membangun Harga Diri*, (Bandung: Pionir Jaya, 2004), 54.

³ Ahmad Susanto, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2018), 263.

berbicara di depan umum, karena takut orang lain menyalahkannya. Kecemasan dalam interaksi sosial lebih sering dikarenakan adanya pikiran-pikiran negatif dalam diri individu.

Hubungan *self esteem* dengan kecemasan terletak pada jenis harga diri yang rendah menyebabkan terjadinya kecemasan sehingga memungkinkan seorang individu melakukan tindakan yang dapat merugikan orang lain.⁴ Seseorang yang kehilangan harga diri akan lebih mudah muncul perasaan negatif atau berpikiran buruk dengan lingkungannya dan menjadi masalah pada dirinya sendiri.

Kecemasan berbicara di depan umum adalah keadaan yang tidak nyaman yang sifatnya tidak menetap pada diri individu, baik ketika membayangkan, maupun pada saat berbicara di depan orang banyak. Kecemasan berbicara di depan umum juga dapat didefinisikan sebagai perasaan tidak nyaman dan tidak menyenangkan yang memicu rasa takut untuk berbicara.⁵

Kecemasan muncul karena berbagai macam alasan yang dialami ketika presentasi di depan kelas diantaranya gugup, merasa malu pada teman di kelas, takut ketika salah dalam penyampaian materi dan merasa jika tidak didengarkan. Dengan beberapa alasan ini membuat mahasiswa kurang aktif dalam perkuliahan sehingga mereka lebih memilih untuk diam dan mendengarkan.

⁴ Dewi E, *Hubungan Antara Harga Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum*, (Skripsi, Universitas Santa Dharma Yogyakarta), 2009.

⁵ Baidi Bukhori, *Kecemasan Berbicara Di Depan Umum*, (Jurnal Komunikasi Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Ampel, Surabaya, Indonesia), 2016.

Namun, mahasiswa seringkali merasa cemas untuk mengungkapkan pikirannya secara lisan, baik pada saat diskusi berlangsung, saat mengajukan pertanyaan pada dosen, ataupun ketika berbicara di depan kelas saat presentasi berlangsung. Kondisi tersebut ditandai dengan ketakutan dan menunjukkan performansi maupun interaksionalnya dengan orang lain.

Penyebab terjadinya kecemasan berbicara di depan umum adalah pikiran-pikiran negatif bahwa dirinya tidak mampu, tidak akan berhasil dan akan dinilai negatif oleh orang lain. Seseorang yang rendah diri akan kesulitan dalam mengungkapkan pendapatnya, ketakutan berbicara di depan umum sebenarnya karena adanya rasa takut akan disalahkan oleh orang lain.

Semakin seseorang berpola pikir positif maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum, sebaliknya semakin seseorang berpola pikir negatif maka akan semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum.⁶

Individu yang mengalami gelisah dalam berkomunikasi, akan menarik diri dalam pergaulan, ia akan berbicara ketika terdesak saja. Apabila ia terpaksa berkomunikasi, pembicaraannya seringkali tidak relevan, sebab berbicara yang relevan akan mengundang reaksi orang lain yang akan menuntutnya berbicara lagi.

⁶ Ardina Maharani, *Retorika Dakwah* (Bogor: Guepedia Group, 2022), 71.

Self esteem berkaitan dengan kecemasan berbicara sehingga mempengaruhi kemauan untuk berbicara pada individu. Seseorang yang memiliki *self esteem* rendah cenderung memiliki kepercayaan diri yang rendah, kemudian menarik diri dari interaksi dengan lingkungannya. Interaksi antar manusia berkaitan erat dengan aktivitas berbicara. Sehingga seseorang yang memiliki *self esteem* rendah cenderung mengalami gangguan berbicara pada dirinya.⁷

Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam sebagai calon sarjana penyuluh, selain memiliki keahlian memecahkan masalah orang lain, mahasiswa dituntut memiliki kemampuan berbicara di depan umum. Sebagai calon sarjana penyuluh, harus memiliki kompetensi dalam berfikir secara kritis, berkomunikasi secara lisan, berjiwa pemimpin, percaya diri, serta menelusuri informasi berdasarkan perubahan.

Oleh karena itu, seorang mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam seharusnya memiliki kemampuan berbicara di depan umum dengan baik.

Dari beberapa uraian di atas disimpulkan bahwa kecemasan berbicara dapat mempengaruhi kualitas individu. Bukan hanya itu, peneliti juga melakukan wawancara kepada sebagian mahasiswa, mereka menyatakan mengalami kecemasan berbicara di depan umum yang disebabkan karena faktor kurangnya rasa percaya diri dan takut ketika salah dalam menyampaikan materi.

⁷ Nova Ayu, *Hubungan Antara Self Esteem Dengan Kecemasan Komunikasi Public Speaking Mahasiswa Baru* (Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial, Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia), 2017.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan *Self Esteem* Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Mahasiswa BPI IAIN Ponorogo”**.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat *Self Esteem* yang dimiliki Mahasiswa/Mahasiswi BPI IAIN Ponorogo?
2. Bagaimana tingkat Kecemasan Berbicara Mahasiswa/Mahasiswi BPI IAIN Ponorogo?
3. Apakah ada hubungan antara *Self Esteem* Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Mahasiswa/Mahasiswi BPI IAIN Ponorogo?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh data primer tentang hubungan *self esteem* dengan kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa BPI IAIN Ponorogo. Secara rinci bertujuan untuk memperoleh informasi dan mendeskripsikan tentang:

1. Untuk menganalisis tingkat *Self Esteem* Mahasiswa/Mahasiswi BPI IAIN Ponorogo.
2. Untuk menganalisis tingkat Kecemasan Berbicara Mahasiswa/Mahasiswi BPI IAIN Ponorogo.

3. Menganalisis ada atau tidaknya hubungan *Self Esteem* Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Mahasiswa BPI IAIN Ponorogo.

D. Kegunaan Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan dengan baik secara teoritis maupun praktis. Secara teoritis yaitu:

- a. Penelitian ini dapat digunakan untuk menguji teori tentang hubungan *self esteem* dengan kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa BPI IAIN Ponorogo.
- b. Penelitian ini dapat menambah khazanah keilmuan tentang hubungan *self esteem* dengan kecemasan berbicara.
- c. Penelitian ini dapat dijadikan rujukan atau referensi penelitian berikutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan dalam mengukur skala *self esteem* dengan kecemasan berbicara di depan umum.
- b. Penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan dalam pelaksanaan seminar ataupun pelatihan tentang meminimalisir tingkat kecemasan berbicara bagi mahasiswa maupun mahasiswi.
- c. Memberikan informasi mengenai pentingnya rasa percaya diri guna mengurangi kecemasan berbicara di depan umum.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Telaah Pustaka

Dalam menentukan judul penelitian ini, peneliti juga melakukan telaah terhadap penelitian terdahulu untuk menghindari kesamaan, sekaligus sebagai perbandingan dengan penelitian ini.

Bagian yang memuat uraian secara sistematis mengenai hasil penelitian terdahulu (*prior research*) tentang persoalan yang akan dikaji dalam skripsi. Peneliti mengungkapkan bahwa masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya. Untuk itu tinjauan kritis terhadap kajian terdahulu perlu dilakukan dalam bagian ini, sehingga dapat ditemukan dimana pembahasan dalam penelitian ini berbeda.⁸

Berdasarkan pengertian tersebut, penulis mengutip skripsi, jurnal terkait dengan persoalan yang akan diteliti sehingga akan terlihat dari sisi mana penelitian tersebut membuat suatu karya ilmiah, pada bagian ini penulis dapat membedakan tujuan yang ingin dicapai oleh masing-masing peneliti. Penelitian yang penulis temukan yaitu penelitian yang dilakukan oleh:

Pertama, Hasil penelitian Faiqotul Himmah dengan judul “Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik

⁸ Zuhairi, et.al, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2016), cet ke 1, 46.

Ibrahim Malang” menggunakan metode kuantitatif. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa baru yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Subjek dalam penelitian ini adalah 57 mahasiswa. Hasil uji statistik menggunakan teori Azwar yang menunjukkan bahwa skor *Alpha Cronbach* pada kedua variabel > 0.500 yaitu pada aspek Kecemasan Berbicara ditunjukkan skor 0.946 dengan jumlah item yang tidak gugur atau memiliki skor > 0.250 . Sedangkan, pada aspek Kepercayaan diri memiliki skor *Alpha Cronbach* sebesar 0.935 dengan jumlah item yang tidak gugur atau memiliki skor > 0.250 . Yang artinya terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara pada mahasiswa baru di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang⁹

Keunikan yang dilakukan peneliti adalah ia menggunakan subjek mahasiswa baru pada jurusan psikologi. Sedangkan pada skripsi ini penelitian dilakukan pada seluruh subjek mahasiswa jurusan bimbingan penyuluhan islam.

Kedua, Hasil penelitian Melinda Susanto dengan judul “Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana” menggunakan metode kuantitatif dengan hasil terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di

⁹ Faiqotul Himmah, *Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*, (Skripsi, Fakultas Psikologi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang), 2020.

depan umum. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana yang sedang mengalami kecemasan berbicara di depan umum.

Subjek dalam penelitian ini adalah 120 mahasiswa. Hasil uji statistik menggunakan teknik korelasi *product moment*. Yang ditunjukkan dengan analisa awal mendapatkan nilai reliabilitas 0,870 untuk 24 item skala kepercayaan diri, sehingga dapat dikatakan reliabel dan tinggi. Sedangkan hasil analisa awal kecemasan berbicara di depan umum didapati besar nilai reliabilitas 0,928 untuk 32 item skala *Personal Report of Public Speaking Anxiety* sehingga dapat dikatakan reliabel dan tinggi.¹⁰

Keunikan pada penelitian ini adalah sebagian besar mahasiswa Psikologi angkatan 2016 memiliki tingkat kepercayaan diri yang sedang, tetapi dalam kategori rendah masih terdapat 12,5% mahasiswa yang berjumlah 15 orang. Pada Kecemasan Berbicara Di depan Umum, didapatkan kategori sedang sebesar 78,34% berjumlah 94 orang.

Ketiga, Hasil penelitian Siti Mutmainah dengan judul “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” menggunakan metode kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah

¹⁰ Melinda Susanto, *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana*, (Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga), 2018.

mahasiswa PPL jurusan BPI tahun akademik 2016/2017 Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.

Subjek dalam penelitian ini adalah 92 mahasiswa. Hasil uji statistik menggunakan teknik analisis korelasional. Yang ditunjukkan dengan r hitung yang menunjukkan nilai 0,75 dengan tingkat signifikansi 0,498 yang di bawah *alpha* 0,005. Artinya terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum¹¹

Keunikan dalam penelitian ini adalah meneliti tentang mahasiswa yang sedang mengalami kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa PPL. Namun, ia tidak menjelaskan definisi singkat mengenai PPL. Hasil yang ditunjukkan subjek mengalami

Keempat, Hasil penelitian Devia Sokaarru Ristindra dengan judul “Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa” menggunakan metode kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa.

Subjek sebanyak 286 mahasiswa. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur harga diri adalah Rosenberg *self esteem scale* yang mengukur harga diri individu secara global. Kecemasan berbicara di depan umum diukur dengan *Personal Report of Public Speaking Anxiety* milik McCroskey. Hasil menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dari harga diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum

¹¹ Siti Mutmainah, *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*, (Skripsi, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Walisongo Semarang), 2016.

dengan nilai signifikansi (p) sebesar 0,000. Pengaruh harga diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum adalah sebesar 34,8%.¹² Yang artinya terdapat pengaruh harga diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum.

Keunikan dalam penelitian ini pengaruh harga diri terhadap kecemasan berbicara tidak melihat dari jenis kelamin maupun perbedaan universitas subjek.

Kelima, Hasil penelitian Sri Wahyuni dengan judul “Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi” menggunakan metode kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa psikologi Universitas Mulawarman.

Subjek sebanyak 79 mahasiswa. Data dikumpulkan dengan skala kepercayaan diri, dan skala kecemasan berbicara di depan umum. Analisis dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *product moment person*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecemasan berbicara di depan umum dan kepercayaan diri antara siswa dari departemen Psikologi kelas 2009 dan 2010, dengan $r = -0,559$ $R^2 = 32,5$ dan $p = 0,000$. Yang artinya

¹² Devia Sokaarru Ristindra, *Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa*, (Skripsi, Universitas Negeri Jakarta), 2020.

terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum.¹³

Keunikan dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri ditinjau dari jenis kelamin menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan kepercayaan diri ditinjau dari jenis kelamin mahasiswa Program studi Psikologi Angkatan 2009 dan 2010 Universitas Mulawarman Samarinda. Ini membuktikan bahwa dalam melakukan presentasi, kepercayaan diri tidak dipengaruhi oleh jenis kelamin mahasiswa ketika berbicara di depan umum.

Tidak adanya perbedaan dikarenakan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan dapat menentukan peran masing-masing sesuai dengan jenis kelaminnya, sehingga mereka dapat membentuk konsep diri yang dapat memberikan pengaruh yang besar pada pembentukan rasa percaya diri mahasiswa.

Dari penelitian terdahulu di atas penelitian ini tidak terdapat kesamaan pada variabel *self esteem*. Sedangkan pada variabel kecemasan berbicara di depan umum terdapat kesamaan. Lalu penelitian ini lebih berfokus pada mahasiswa jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam.

¹³ Sri Wahyuni, *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi*, (Jurnal Ilmiah Psikologi, Universitas Mulawarman), 2013.

B. Landasan Teori

1. *Self Esteem*

a. Pengertian *Self Esteem*

Self esteem merupakan cara bagaimana seseorang mengevaluasi dirinya. Evaluasi ini akan memperlihatkan bagaimana penilaian individu tentang penghargaan terhadap dirinya, percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan atau tidak, adanya pengakuan (penerimaan) atau tidak.

Definisi *self esteem* menurut Coopersmith *self esteem* merupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya terutama mengenai sikap menerima atau menolak, dan indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuannya, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan. Secara singkat *self esteem* adalah “*personal judgement*” mengenai perasaan berharga atau berarti yang diekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya.¹⁴

Stuart & Sundae mengatakan bahwa: *self esteem* adalah penilaian individu terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisis seberapa jauh perilaku memenuhi ideal dirinya.¹⁵

Dari pengertian tersebut dapat dipahami bahwa *self esteem* menggambarkan sejauh mana individu tersebut menilai dirinya

¹⁴ Liliza Agustin, *Model Intervensi Psikologi Islam*. (Malang: CV. Literasi Nusantara Abadi, 2022), 7-8.

¹⁵ Ahmad Susanto, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. (Jakarta: Prenamedia Group, 2018), 263.

sebagai orang yang memiliki kemampuan, keberartian, berharga dan kompeten.

Seorang yang memiliki *self esteem* negatif akan selalu menyalahkan dirinya sendiri dan merasa dirinya tidak berguna, tidak mau menerima kekurangan yang ada dalam dirinya maka dia akan cenderung tidak percaya diri dalam melakukan sesuatu serta tidak yakin mengutarakan ide-ide yang dia miliki.

Self esteem penilaian tentang diri seseorang dari dalam dirinya. *Self esteem* sering juga disebut *self-worth* atau *self-ima*e. *Self esteem* menjelaskan tentang penilaian positif seseorang kepada orang tertentu. Seorang anak mungkin mempersepsikan dirinya tidak hanya sebagai individu, tetapi individu yang baik. *Self esteem* mencerminkan persepsi yang tidak sama dengan kenyataan yang ada.

Orang yang memiliki *self esteem* yang tinggi akan merasa bangga akan dirinya, mampu mencapai sesuatu, dan merasa berguna. Sebaliknya jika seseorang memiliki *self esteem* yang rendah akan merasa tidak puas dengan dirinya, tidak mampu mencapai sesuatu, dan merasa dirinya tidak berguna yang membuat individu tersebut merasa terhambat menghadapi

sesuatu dan menyebabkan dia memiliki penilaian yang rendah terhadap dirinya sendiri.¹⁶

Dari definisi di atas *self esteem* berarti penilaian diri seseorang terhadap dirinya yang didasarkan pada hubungan dengan orang lain dan menunjukkan sejauh mana individu tersebut mampu, berhasil dan berguna.

b. Aspek-aspek *Self Esteem*

Seseorang yang mengalami *self esteem* biasanya memiliki beberapa aspek-aspek yang membuat seseorang dikatakan mengalami *self esteem* yang menurut Copersmith aspek-aspek *self esteem* dibedakan menjadi empat antara lain:

1) Keberartian Diri (*Significance*)

Keberhasilan individu memiliki keberartian diri dapat diukur melalui perhatian dan kasih sayang dari lingkungan.

Hal ini mengakibatkan kecenderungan individu dalam mengembangkan harga diri yang rendah atau negatif apabila lingkungan kurang memberikan perhatian maupun kasih sayang.

2) Kekuatan Diri (*Power*)

Kekuatan diri diartikan sebagai kemampuan individu dalam mempengaruhi, mengontrol atau mengendalikan orang lain maupun diri sendiri. Apabila individu mampu mengontrol

¹⁶ Kamela K, *Self Esteem dan Kecemburuan*, (Skripsi, Universitas Pendidikan Bandung, 2017), 30.

diri sendiri dan orang lain dengan baik maka akan mendorong terbentuknya harga diri positif atau tinggi, demikian sebaliknya. Kekuatan juga dikaitkan dengan inisiatif, individu yang memiliki kekuatan tinggi akan memiliki inisiatif yang tinggi pula.

3) Kompetensi (*Competence*)

Kompetensi diartikan sebagai usaha untuk mendapat prestasi yang baik sesuai tahapan usia. Apabila usaha individu sesuai dengan tuntutan dan harapan, berarti individu memiliki kompetensi yang dapat membantu membentuk harga diri yang tinggi. Sebaliknya apabila individu sering mengalami kegagalan atau gagal memenuhi harapan dan tuntutan, maka individu akan merasa tidak kompeten sehingga membuat individu merasa rendah diri.¹⁷

4) Kebajikan (*Virtue*)

Ketaatan mengikuti kode moral, etika dan prinsip keagamaan yang ditandai oleh ketaatan untuk menjauhi tingkah laku yang dilarang dan melakukan tingkah laku yang diperbolehkan oleh moral, etika dan agama.¹⁸

¹⁷ Yuldensia Avelina, dkk, *Keperawatan Jiwa*, (Bandung: CV. Media Sains Indonesia, 2022), 75.

¹⁸ Ni Putu Candra Prasetya Dewi, *Buku Ajar PKN Dan Pancasila*, (Bali: Nilacakra, 2020), 34.

Dapat disimpulkan bahwa ada empat aspek yang bisa mempengaruhi *self esteem*, yaitu: keberartian diri, kekuatan diri, kompetensi, dan kebajikan.

c. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Self Esteem*

Menurut Coopersmith ada beberapa faktor yang mempengaruhi pembentukan *self esteem* seorang individu diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Jenis kelamin

Jenis kelamin atau gender berhubungan dengan harga diri seseorang yang ditentukan oleh budaya, harapan, dan peran yang berlaku dan dianut dan berkembang dalam masyarakat.

2. Intelegensi

Intelegensi sebagai uraian lengkap kapasitas fungsional seseorang berhubungan erat dengan prestasi yang bisa dicapai. Seorang yang memiliki harga diri yang tinggi cenderung mencapai prestasi akademik yang tinggi, begitu pula sebaliknya.

3. Kondisi fisik

Individu yang memiliki fisik yang menarik cenderung mempunyai harga diri yang tinggi.

4. Lingkungan keluarga

Perlakuan adil, pemberian kesempatan untuk aktif, dan pola asuh dapat mempengaruhi perkembangan harga diri seorang anak. Menurut Berne dan Savari orang tua yang sering memberikan hukuman yang tidak tepat dan larangan tanpa alasan yang dapat dipahami seorang anak dapat menyebabkan seorang anak merasa tidak berharga.

5. Lingkungan sosial

Pembentukan harga diri dimulai dari seseorang dari seseorang menyadari bahwa dirinya berharga atau tidak merupakan hasil dari interaksi dengan lingkungannya, penghargaan, penerimaan dan perlakuan orang lain.¹⁹

d. Karakteristik *Self Esteem*

Tidak hanya memiliki aspek dan faktor yang dapat menyebabkan seseorang memiliki *self esteem*, *self esteem* juga memiliki ciri-ciri. Menurut Copersmith ciri-cirinya yaitu:

- 1) *Self esteem* yang tinggi
 - a) Menganggap dirinya sangat berharga dan merasa orang lain yang sebaya dengannya baik kepadanya serta menghargai orang lain.
 - b) Dapat mengontrol tindakannya sendiri dan dapat menerima kritik dan saran dari orang lain dengan baik.

¹⁹ Candra, I. W., I, Harini, I. G., Sumirta, I. N., (2017). Psikologi Landasan Keilmuan Praktik Keperawatan Jiwa. Yogyakarta: CV. Andi Offset.

- c) Menyukai hal yang baru dan suka tantangan serta tidak mudah bingung dengan semua hal yang terjadi walaupun tidak sesuai rencananya.
- d) Beprestasi dibidang akademik dan mampu mengekspresikan dirinya sendiri serta mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan.
- e) Tidak pernah menganggap dirinya tidak memiliki kekurangan, akan tetapi dia mengetahui batasan-batasan dirinya sendiri dan tetap melakukan perkembangan dari dalam dirinya.
- f) Memiliki sikap yang demokratis serta orientasi yang realistis dan memiliki hati yang selalu bahagia serta efektif dalam menghadapi tuntutan dalam lingkungan sekitar.

2) *Self esteem* yang rendah

- a) Menganggap dirinya tidak berharga, takut akan kegagalan. *Self esteem* seperti ini dapat menyebabkan seorang individu kehilangan kepercayaan diri dan tidak puas dengan keadaan dirinya sendiri.
- b) Sulit mengontrol tindakan dan perilaku terhadap dunia luar dan tidak mau menerima kritik serta saran dari orang lain.

- c) Tidak menyukai hal-hal baru sehingga membuatnya sulit berinteraksi dan bersosialisasi dengan sesuatu yang belum jelas baginya.
- d) Tidak yakin dengan dirinya sendiri sehingga membuatnya kurang berprestasi dalam bidang akademik menjadikan dia tidak mampu mengekspresikan dirinya dengan baik.
- e) Menganggap dirinya kurang sempurna, sebelum melakukan sesuatu selalu berfikir akan kegagalan, serta tidak mau menerima perubahan yang terjadi pada dirinya.
- f) Tidak memiliki sikap yang demokratis serta kurang realistis.
- g) Selalu merasa khawatir dan ragu-ragu dalam menghadapi tuntutan dari lingkungan.²⁰

2. Kecemasan

a. Pengertian Kecemasan

Kecemasan adalah suatu kondisi yang disebut *aprehensi* atau keadaan dimana seseorang merasa khawatir dan berpikir bahwa hal buruk kemungkinan terjadi. Kecemasan adalah perasaan subjektif yang tidak menyenangkan bahkan

²⁰ Ghufon M Nur, *Teori-teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), 123.

mengancam, biasanya disebabkan oleh pikiran-pikiran atau perasaan tentang situasi yang belum jelas atau belum pasti.

Perasaan cemas biasanya muncul bila seseorang berada dalam suatu keadaan yang diduga akan merugikan dan akan mengancam dirinya dimana ia merasa tidak berdaya menghadapinya.²¹

Dalam kamus istilah psikologi, menurut Chaplin mendefinisikan kecemasan sebagai perasaan campuran berisi ketakutan dan keprihatinan mengenai rasa-rasa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.

Sementara itu, menurut McCroskey menyebutkan bahwa beberapa individu mengalami kecemasan hanya pada kondisi tertentu, maksudnya terdapat tipe general dari kondisi komunikasi yang menimbulkan kecemasan, yaitu komunikator. Penekanannya adalah bahwa fenomena kecemasan berbicara di depan umum berpusat pada pembicara.

Konteks yang paling banyak ditemui adalah berbicara di depan umum (*public speaking*), misalnya memberikan pidato, presentasi di depan kelas, pada saat pertemuan. Individu akan mengalami kecemasan ketika mulai membayangkan sampai berlangsungnya pengalaman berbicara di depan umum.²²

²¹ Ard May, *Retorika Dakwah*, (Salatiga: Guepedia, 2022), 67.

²² Desri Mintawati, *Cara Cepat Berbicara Efektif Dengan Metode IBC*, (Solok: PT Insan Cendekia Mandiri, 2022), 34-36.

Kecemasan berbicara merupakan kekhawatiran komunikasi yang terjadi dalam kasus dimana peserta didik tidak memiliki kemampuan komunikasi yang matang meskipun mereka memiliki gagasan dan pemikiran matang.

Hal ini mengacu pada ketakutan untuk berkomunikasi secara nyata dengan orang lain, artinya kekhawatiran komunikasi mengacu pada frustrasi atau kekhawatiran karena ketidakmampuannya untuk memahami orang lain. Kecemasan berbicara di depan kelas sebagai ketakutan atau kecemasan yang dihubungkan dengan situasi berbicara yang nyata atau dibayangkan.

Dari penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum adalah suatu keadaan tidak nyaman yang sifatnya tidak menetap pada diri individu, baik ketika membayangkan maupun pada saat berbicara di depan orang banyak. Hal ini ditandai dengan reaksi fisik dan psikologis.²³

b. Aspek-aspek Kecemasan

Menurut McCroskey terdapat beberapa karakteristik dari individu yang mengalami kecemasan komunikasi, yaitu sebagai berikut :

²³ Ibid, 37.

1) Karakteristik Internal

a) *Internal Discomfort* menjelaskan bahwa individu dengan kecemasan komunikasi mengalami perasaan tidak nyaman dalam diri. Ketidak-nyamanan tersebut menimbulkan respon-respon negatif seperti kekhawatiran atau ketakutan sehingga menimbulkan kepanikan, malu, tegang atau gugup ketika berkomunikasi. Semakin rendah kecemasan komunikasi maka akan semakin sedikit ketidak-nyamanan yang dirasakan individu ketika berkomunikasi.

2) Karakteristik Eksternal

a) *Avoidance of Communication* menjelaskan bahwa individu dengan kecemasan komunikasi memiliki kecenderungan untuk menghindari situasi atau keadaan yang memerlukan komunikasi. Pada situasi yang dapat menimbulkan kecemasan komunikasi, individu dengan kecemasan komunikasi biasanya akan munculkan perilaku diam, memberi tanggapan atau berbicara sebanyak yang diperlukan saja.

b) Aspek *communication disruption* menjelaskan bahwa individu yang mengalami kecemasan komunikasi yang tinggi cenderung mengalami ketidak lancaran dalam

presentasi *verbal* ataupun memunculkan perilaku *non verbal* yang tidak wajar. Selain itu, pilihan strategi komunikasi yang tidak tepat terkadang individu merefleksikannya dalam respon seperti kalimat “seharusnya saya mengatakan/tidak mengatakan....”.

- c) *Overcommunication* atau komunikasi yang berlebihan adalah salah satu respon dari kecemasan komunikasi yang tidak dialami oleh banyak orang atau hanya terjadi pada sebagian kecil individu saja. Aspek ini menjelaskan bahwa individu dengan kecemasan komunikasi cenderung menampilkan respon yang berlebihan dalam komunikasi. Individu berusaha untuk menunjukkan bahwa ia memiliki kualitas komunikasi yang baik namun upaya tersebut dilakukan untuk terlepas dari ketidaknyamanan dalam berkomunikasi. Sebagai contoh, ketika melakukan presentasi di depan kelas mengucapkan kalimat-kalimat yang tidak sesuai dengan topik yang dibawakan.

Berdasarkan uraian mengenai beberapa aspek kecemasan berbicara diatas, maka penelitian ini menggunakan aspek kecemasan berbicara dari McCroskey karena memuat aspek-

aspek yang sesuai dengan fenomena yang ditemukan oleh peneliti.²⁴

c. Faktor-faktor Kecemasan

Faktor kecemasan berbicara menurut McCroskey, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan individu dalam komunikasi yaitu :

- 1) *Degree of evaluation* atau faktor tingkat evaluasi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan komunikasi. Semakin tinggi evaluasi yang di dapat oleh individu dalam komunikasi maka akan semakin tinggi pula kecemasannya untuk berkomunikasi.
- 2) *Subordinate status* merujuk pada persepsi individu dalam memandang diri sendiri ketika berkomunikasi. Faktor ini berkaitan dengan harga diri yang dibangun oleh individu. Dengan kata lain, individu yang memandang dirinya rendah cenderung mengalami kecemasan dalam berkomunikasi.
- 3) *Degree of unpredictability* atau tingkat ketidakpastian merujuk prediksi individu dalam komunikasi. Kecemasan komunikasi akan meningkat apabila prediksi individu pada suatu situasi atau kejadian rendah. Dengan kata lain, semakin banyak situasi atau kejadian yang tidak diduga

²⁴ McCroskey, C. J. *The Communication Apprehension Persective*. Diakses dari <http://www.jamesmccroskey.com>

oleh individu maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan komunikasinya.

- 4) *Degree of dissimilarity* merupakan tingkat ketidaksesuaian atau sedikitnya persamaan yang dirasakan individu dengan lawan bicaranya. Semakin sedikit persamaan antara individu dengan lawan bicara maka akan semakin tinggi kecemasan komunikasi yang dialami individu tersebut.²⁵

3. Berbicara

a. Pengertian Berbicara

Berbicara (*speaking*) adalah perbuatan menghasilkan bahasa untuk berkomunikasi. Komunikasi ini dimaksudkan agar pembicara dan pendengar dapat memahami maksud pembicaraan. Dalam proses komunikasi inilah terjadi interaksi antara pembicara dan pendengar. Berbicara pada hakikatnya merupakan suatu proses komunikasi sebab di dalamnya terjadi pemindahan pesan dari suatu sumber ke tempat lain.

Berbicara menurut Hendrikus merupakan titik tolak dan retorika, yang berarti mengucapkan kata atau kalimat kepada seseorang atau sekelompok orang untuk mencapai suatu tujuan tertentu (misalnya memberikan informasi/ memberi motivasi). Dengan kata lain, berbicara adalah salah satu kemampuan khusus pada manusia.

²⁵ Jones, A. J. *Gender Dissimilarity and Leader-Member Exchange: The Mediating Effect of Communication Apprehension*. Jurnal Regent University Vol. 2, tahun 2009.

Menurut Djago Tarigan keterangan menyampaikan pesan melalui bahasa lisan, bicara diartikan sebagai kemampuan mengucapkan bunyi-bunyi artikulasi atau kata-kata untuk mengekspresikan, menyatakan, dan menyampaikan pikiran, gagasan serta perasaan.²⁶

b. Aspek Berbicara

Keterampilan berbicara menyangkut aspek kebahasaan dan aspek non kebahasaan. Menurut Arsyad dan Mukti, aspek kebahasaan meliputi ketepatan ucapan, penempatan tekanan, pilihan kata, dan ketepatan sasaran pembicaraan, sedangkan aspek non kebahasaan meliputi sikap yang tenang, pandangan harus diarahkan pada lawan bicara, gerak-gerik dan mimik yang tepat, kenyaringan suara, kelancaran, relevansi/ penalaran, dan penguasaan topik.

Aspek kebahasaan dalam keterampilan berbicara meliputi aspek pengucapan, aspek pembentukan kalimat dan aspek pengembangan kosakata. Aspek non-kebahasaan meliputi aspek keberanian, aspek kelancaran dan aspek ekspresi.

Jadi keterampilan berbicara adalah keterampilan yang dimiliki oleh seseorang untuk mengkomunikasikan pesan secara alami kepada orang lain, melalui latihan berbicara yang terdiri dari aspek kebahasaan (ketepatan ucapan, penempatan

²⁶ Andi Mas Ani. Penggunaan Media Kartu Gambar Berwarna Sebagai Upaya Meningkatkan Kemampuan Berbicara. *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, (online), jilid 2, No. 1, tahun 2018.

tekanan, pilihan kata, ketepatan sasaran pembicaraan, pengembangan kosa kata, dan pembentukan kalimat) dan aspek non kebahasaan (keberanian, kelancaran, dan sikap yang tenang).²⁷

C. Hipotesis

Menurut Rogers hipotesis adalah dugaan tentatif tunggal digunakan menyusun teori eksperimen dan diuji. Menurut Creswell & Creswell pernyataan formal yang menyajikan hubungan yang diharapkan antara variabel *independent* dan variabel *dependent*. Menurut Abdullah jawaban sementara yang hendak diuji kebenarannya melalui penelitian.

Berdasarkan definisi tersebut, bisa ditarik kesimpulan bahwa “Hipotesis terdapat beberapa komponen penting yakni dugaan sementara, hubungan antar variabel dan uji kebenaran.”²⁸

Menyusun hipotesis baik H_a dan H_o :

- H_a : semakin tinggi *self esteem* maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum.
- H_o : semakin rendah *self esteem* maka semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum.

²⁷ Dian Indah Suryani. Upaya Peningkatan Keterampilan Berbicara Dalam Pembelajaran Tematik Terpadu. *Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Pembelajaran*, (online), jilid 2, No 1, tahun 2018.

²⁸ Jim Hoy Yam. Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Ilmu Administrasi*, (online), jilid 3, No. 2, tahun 2021.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian adalah suatu perencanaan dari cara berpikir atau merancang suatu strategi untuk menemukan sesuatu. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif deskriptif yang memerlukan statistik sebagai alat bantu dalam analisis data. Hubungan variabelnya berifat sebab-akibat dimana data penelitiannya berupa angka-angka dan analisisnya menggunakan statistik. Metode dalam penelitian ini adalah angket atau kuisisioner.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel

Variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.²⁹ Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

a. Variabel bebas (*independent variabel*)

Yaitu variabel yang mempengaruhi variabel lain atau menghasilkan akibat pada variabel yang lain, pada umumnya berada dalam urutan tata waktu terjadi lebih dulu. Variabel ini

²⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D* (Bandung: Alfabeta, 2006), 60.

biasanya disimbolkan dengan variabel “x”.³⁰ Dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah *self esteem*.

b. Variabel terikat (*dependent variabel*)

Yaitu variabel yang diakibatkan atau dipengaruhi oleh variabel bebas. Variabel ini biasanya di simbolkan dengan variabel “y”.³¹

Dalam penelitian ini variabel terikatnya adalah kecemasan berbicara.

2. Definisi Operasional

Definisi Operasional adalah suatu definisi yang didasarkan pada karakteristik yang dapat diobservasi dari apa yang sedang didefinisikan atau mengubah konsep-konsep yang menggambarkan perilaku atau gejala yang dapat diamati dan yang dapat diuji dan ditentukan kebenarannya oleh orang lain.³² Dalam penelitian ini definisi operasional yang diambil adalah:

- a. *Self esteem* adalah penilaian individu terhadap diri sendiri, baik dari sudut positif maupun negatif.
- b. Kecemasan adalah perasaan khawatir pada saat melakukan sebuah tindakan.

³⁰ Nanang Martono, *Metode Penelitian Kuantitatif Analisis Isi dan Analisis Data Sekunder* (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), 57.

³¹ Ibid.

³² Johnathan Sarwono, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*, (Yogyakarta, Graha Ilmu, 2006), 67-68.

C. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah suatu alat atau fasilitas yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar angket kuesioner. Bentuk item yang digunakan dalam penelitian ini adalah item kuesioner tertutup, dimana pertanyaan ataupun pernyataan yang dicantumkan telah disesuaikan oleh peneliti.”³³

Penelitian ini menggunakan skala psikologi dalam bentuk skala *likert*. Skala *likert* merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Selanjutnya, dalam penelitian ini akan dibagikan dua skala yang berbeda yaitu skala kecemasan komunikasi dan skala *self esteem*. Skala penelitian yang dibagikan berisi dua pernyataan, yaitu pernyataan *favorable* dan pernyataan *unfavorable*.

Pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang mendukung atribut yang ingin diukur sedangkan pernyataan *unfavorable* merupakan pernyataan yang tidak mendukung atribut yang ingin diukur oleh peneliti.³⁴ Adapun masing-masing skala memiliki empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak setuju (STS) dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

³³ Andhita Dessy Wulansari, *Penelitian Pendidikan: Suatu Pendekatan Praktik dengan Menggunakan SPSS*, (Ponorogo STAIN Po press, 2012), 61.

³⁴ Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2012).

Tabel 3. 1
Skor skala *self esteem* dan kecemasan berbicara

Jawaban	<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>
Sangat setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak setuju	2	3
Sangat tidak setuju	1	4

1. Skala *self esteem* dalam penelitian ini di susun oleh Ihmatul Hidayat berdasarkan teori Coopersmith. Skala *self esteem* akan disusun sebanyak 32 aitem yang dibagi menjadi 16 aitem *favorable* yang mendukung harga diri pada mahasiswa dan 16 aitem *unfavorable* yang tidak mendukung.

Tabel 3. 2
Blue Print Skala Self Esteem

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jml
			<i>favorabl e</i>	<i>Unfavorabl e</i>	
1.	Kekuatan (<i>Power</i>)	a. Pengakuan dan rasa hormat untuk diri sendiri. b. Mampu mengendalikan tingkah laku c. Melakukan hal yang positif d. Mengendalikan tekanan dalam diri e. Membuat pertimbangan dalam berpendapat	1 7 3 9 5	6 4 8 28 10	10
2.	Keberartian (<i>Significance</i>)	a. Peduli terhadap diri sendiri b. Mampu memberi perhatian terhadap diri sendiri. c. Afeksi individu terhadap diri sendiri d. Merasa diterima dengan	19 31 25	26 18 2	10

		baik oleh lingkungan sosial	13	20	
		e. Memiliki pengaruh yang baik terhadap	27	16	
3.	Kebajikan (<i>Virtue</i>)	a. Ketaatan dalam menjauhi perilaku yang buruk.	23	12	6
		b. Berperilaku sesuai dengan norma.	17	32	
		c. Kemampuan menilai perilaku yang tidak merugikan dirinya	11	30	
4.	Kompetensi (<i>Competence</i>)	a. Keberhasilan dalam mengerjakan berbagai tugas.	29	24	6
		b. Percayaan diri untuk melakukan hal yang baru	15	22	
		c. Mampu menyelesaikan berbagai tugas	21	14	
	Total		16	16	32

1. Skala kecemasan dalam penelitian ini di susun oleh Ihmatul Hidayat berdasarkan teori dari McCroskey. Skala kecemasan komunikasi akan disusun sebanyak 30 aitem, yang dibagi menjadi 16 aitem *favorable* yang mendukung kecemasan berbicara pada mahasiswa dan 14 aitem *unfavorable* atau yang tidak mendukung.

Tabel 3. 3
Blue Print Skala Kecemasan Berbicara

No	Aspek	Sub-Aspek	Indikator	Aitem		Jml
				<i>Favorable</i>	<i>unfavorable</i>	
1.	Internal	Ketidaknyaman Batin (<i>Internal</i>)	a. Perasaan tidak nyaman b. Kekhawatiran/	1	8	10

		<i>Discomfort)</i>	ketakutan ketika berkomunikasi	9	22	
			c. Panik ketika berkomunikasi	3	26	
			d. Merasa malu ketika berkomunikasi	5	12	
			e. Merasa tegang/gugup ketika berkomunikasi	7	14	
2.	Eksternal	Menghindari Komunikasi (<i>Avodance of Communication</i>)	a. Menghindari situasi yang memerlukan komunikasi	11	6	6
			b. Memunculkan perilaku diam	13	4	
			c. Berbicara seperlunya	21	16	
		Gangguan Komunikasi (<i>Communication Disruption</i>)	a. Ketidاكلancaran dalam berkomunikasi	15, 19	24, 20	8
			b. Strategi komunikasi yang tidak	17, 23	18, 30	
		Komunikasi Berlebihan (<i>Overcommunication</i>)	a. Menampilkan respon yang berlebihan dalam komunikasi	27, 29	2	6
			b. Berusaha menunjukkan kualitas komunikasi yang baik	25, 28	10	
	Total			16	14	30

D. Lokasi, Populasi dan Sampel

1. Lokasi

Lokasi penelitian ini dilakukan di gedung Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Ponorogo. Peneliti tertarik untuk mengetahui tingkat kecemasan berbicara dan hubungannya dengan *self esteem* mahasiswa BPI IAIN Ponorogo.

Peneliti memilih FUAD IAIN Ponorogo menjadi lokasi penelitian karena mahasiswa BPI mempelajari tentang ilmu psikologi yang mampu mengatasi tentang permasalahan yang dialami pada dirinya sendiri. Hal ini tentu menarik untuk dilakukan penelitian.

2. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.³⁵

Berdasarkan definisi tersebut maka populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam Institut Agama Islam Negeri Ponorogo tahun 2022 sebanyak 224 mahasiswa.

3. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi penelitian.³⁶ Dalam pengambilan sampel ini peneliti mengambil sampel dengan teknik

³⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D* (Bandung: Alfabeta, 2006), 126.

³⁶ Ibid, 127.

simple random sampling yaitu setiap subjek memiliki peluang yang sama untuk dijadikan sampel penelitian.

Untuk menentukan besaran jumlah sampel peneliti memiliki pedoman pada pendapat Suharsimi Arikunto yang menjelaskan bahwa apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Tetapi jika jumlah subyeknya besar (lebih dari 100 orang) dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih.³⁷ Jumlah sampel yang diambil pada penelitian ini adalah 52% yaitu 105 mahasiswa.

E. Tahap-Tahap Penelitian

Teknik pengumpulan data yaitu cara-cara yang ditempuh serta alat-alat yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan datanya. Salah satu teknik pengumpulan data adalah dengan kuesioner atau angket.³⁸

Langkah-langkah yang peneliti lakukan adalah :

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini yaitu peneliti menemukan masalah dan merumuskan masalah dengan konkret. Dalam proses ini maka peneliti perlu untuk memasuki lapangan dalam kegiatan penjajakan masalah, identifikasi masalah di lapangan. Dalam menemukan masalah ini seorang peneliti melakukannya secara empiris (teramati) dan secara teori (pengkajian literatur).

³⁷ Sutrisno Hadi, *Statistik* (Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 2017), 190.

³⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D* (Bandung: Alfabeta, 2006), 63.

2. Langkah-langkah Pengumpulan Data

Untuk melakukan *simple random sampling* dengan benar saat riset, berikut adalah langkah-langkahnya :

- a. Peneliti menentukan populasi yang akan menjadi target riset. Demografi yang menentukan syarat pengisian kuesioner yaitu, mahasiswa BPI IAIN Ponorogo yang masih aktif.
- b. Hitung jumlah responden (sampel) yang dibutuhkan. Penelitian ini menggunakan pendapat dari Suharsimi Arikunto.
- c. Melakukan pemilihan responden secara *simple random sampling*. Hal ini dilakukan dengan menyebarkan kepada seluruh mahasiswa BPI melalui *google form* dan menunggu hingga respon yang diterima mencapai jumlah responden yang ditargetkan.
- d. Mengumpulkan data yang didapatkan dari responden dan analisa.

3. Uji Instrumen

Sebelum digunakan instrumen harus di uji. Uji coba instrumen dapat dilakukan untuk melihat apakah soal tersebut layak atau tidak untuk digunakan sebagai instrumen dalam penelitian.

4. Tahap Pengumpulan Data

Menurut Creswell dalam pengumpulan data kuantitatif meliputi 5 langkah pokok sebagai panduan dalam melaksanakan penelitian, lima ide pokok yaitu :

- a. Menentukan populasi dan sampel
- b. Mendapatkan izin dan persetujuan dari responden

- c. Menentukan variabel dan mencari tujuan dari definisi operasional
- d. Menempatkan instrumen yang menyediakan maksud yang ingin dicapai
- e. Pengumpulan data kuantitatif yang sebenarnya

5. Penelitian

Setelah instrumen di uji coba, kemudian dilakukan penelitian sesungguhnya. Skala pengukuran yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah skala *likert*.

F. Analisis Data

Analisis data adalah proses mengatur urutan data kedalam pola kategori dan satuan uraian dasar.³⁹ Analisis data berasal dari pengumpulan data yang telah terkumpul. Dalam penelitian ini melakukan empat teknik analisis data atau uji instrumen (uji validitas dan uji reliabilitas), uji statistik (uji asumsi dan statistik deskriptif) dan uji hipotesis (*korelasi product moment*) untuk menjawab rumusan masalah nomor 1 dan 2, serta uji hipotesis untuk menjawab rumusan masalah nomor 3. Teknik analisis data sebagai berikut:

1. Uji Instrumen

a. Uji Validitas

Validitas adalah sejauh mana alat ukur psikologi mampu mengukur variabel yang ingin di ukur oleh peneliti. Hasil

³⁹ Basilius Redan Werang, *Pendekatan Kuantitatif Dalam Penelitian Sosial*, (Yogyakarta, Calpilis, 2005), 139.

penelitian dikatakan valid apabila ada kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang terjadi pada objek yang diteliti.⁴⁰

Uji coba validitas diterapkan kepada 30 responden. Setelah melakukan uji coba instrumen, data kemudian diolah untuk menghitung hasil skor pada setiap aitem serta menentukan valid atau tidaknya hasil uji validitas. Rumus yang digunakan adalah :

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{N \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

keterangan:

r_{xy} : koefisien korelasi

N : jumlah subjek uji coba

x : jumlah skor setiap butir

y : jumlah skor setiap responden

xy : jumlah perkalian skor dan jumlah skor setiap responden.

Dalam penelitian ini peneliti membutuhkan aplikasi untuk membantu proses perhitungan hasil, untuk itu peneliti menggunakan aplikasi PASW Statistics 18. Diambil kesimpulan, jika r hitung $>$ r tabel berarti instrumen tersebut valid. Jika r hitung $<$ r tabel berarti instrumen tersebut tidak valid.⁴¹ Dalam proses pengolahan data ini, hasil data dari *google form* yang sudah didapat kemudian diubah menjadi

⁴⁰ Azwar, S, *Tes Prestasi, Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar*. (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 1996).

⁴¹ Azwar, S, *Tes Prestasi, Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar*. (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 1996), 125-127.

excel setelah itu dimasukkan ke dalam aplikasi PASW Statistics 18 lalu akan dihitung secara otomatis oleh aplikasi.

1) Skala *Self Esteem*

Skala *self esteem* yang disusun terdiri dari 32 aitem dengan menggunakan item pernyataan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ihmatul Hidayat pada skripsinya. Hasil dari uji coba validitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 4
Hasil Uji Validitas Skala *Self Esteem*

Variabel	No. Item	Nilai hitung "r"	Nilai tabel "r"	Ket
<i>Self Esteem</i>	1	0,342	0,361	TIDAK VALID
	2	0,693	0,361	VALID
	3	0,568	0,361	VALID
	4	0,805	0,361	VALID
	5	0,391	0,361	VALID
	6	0,719	0,361	VALID
	7	0,605	0,361	VALID
	8	0,678	0,361	VALID
	9	0,403	0,361	VALID
	10	0,633	0,361	VALID
	11	0,077	0,361	TIDAK VALID
	12	0,672	0,361	VALID
	13	0,457	0,361	VALID
	14	0,823	0,361	VALID
	15	0,145	0,361	TIDAK VALID
	16	0,810	0,361	VALID
	17	0,365	0,361	VALID
	18	0,446	0,361	VALID
	19	0,659	0,361	VALID
	20	0,754	0,361	VALID
	21	0,152	0,361	TIDAK VALID
	22	0,737	0,361	VALID
	23	0,456	0,361	VALID
	24	0,786	0,361	VALID
	25	0,207	0,361	TIDAK VALID
	26	0,602	0,361	VALID
	27	0,239	0,361	TIDAK VALID

	28	0,724	0,361	VALID
	29	0,393	0,361	VALID
	30	0,630	0,361	VALID
	31	0,678	0,361	VALID
	32	0,678	0,361	VALID

Adapun *blue print self esteem* yang akan digunakan dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3. 5
Blue Print Skala Self Esteem

No	Aspek	Aitem		Jml
		<i>favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kekuatan (<i>Power</i>)	7, 3, 9, 5	6, 4, 8, 28, 10	9
2.	Keberartian (<i>Significance</i>)	19, 31, 13	26, 18, 2, 20, 16	8
3.	Kebajikan (<i>Virtue</i>)	23, 17	12, 32, 30	5
4.	Kompetensi (<i>Competence</i>)	29	24, 22, 14	4
Total		10	16	26

2) Skala Kecemasan Berbicara

Skala kecemasan berbicara yang disusun terdiri dari 30 aitem dengan menggunakan item pernyataan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ihmatul Hidayat pada skripsinya. Hasil dari uji coba validitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 6
Hasil Uji Validitas Skala Kecemasan Berbicara

Variabel	No. Aitem	Nilai hitung "r"	Nilai tabel "r"	Ket
Kecemasan Berbicara	1	0,652	0,361	VALID
	2	0,668	0,361	VALID
	3	0,716	0,361	VALID
	4	0,501	0,361	VALID
	5	0,765	0,361	VALID
	6	0,696	0,361	VALID
	7	0,388	0,361	VALID
	8	0,624	0,361	VALID
	9	0,672	0,361	VALID
	10	0,464	0,361	VALID
	11	0,842	0,361	VALID
	12	0,466	0,361	VALID
	13	0,742	0,361	VALID
	14	0,129	0,361	TIDAK VALID
	15	0,744	0,361	VALID
	16	0,653	0,361	VALID
	17	0,645	0,361	VALID
	18	0,393	0,361	VALID
	19	0,653	0,361	VALID
	20	0,176	0,361	TIDAK VALID
	21	0,623	0,361	VALID
	22	0,578	0,361	VALID
	23	0,612	0,361	VALID
	24	0,503	0,361	VALID
	25	0,687	0,361	VALID
	26	0,166	0,361	TIDAK VALID
	27	0,771	0,361	VALID
	28	0,499	0,361	VALID
	29	0,707	0,361	VALID
	30	0,685	0,361	VALID

Adapun *blue print* skala kecemasan berbicara yang akan digunakan dapat dilihat pada tabel dibawah ini

Tabel 3. 7
Blue Print Skala Kecemasan Berbicara

No	Aspek	Sub-Aspek	Aitem		Jml
			<i>Favorable</i>	<i>unfavorable</i>	
1.	Internal	<i>Internal Discomfort</i>	1, 9, 3, 5, 7	8, 22, 12	8
2.	Eksternal	<i>Avodance of Communication</i>	11, 13, 21	6, 4, 16	6
		<i>Communication disruption</i>	15, 19, 17, 23	24, 18, 30	7
		<i>Overcommunication</i>	27, 29, 25, 28	2, 10	6
Total			16	11	27

Dapat disebut valid atau tidaknya sebuah instrumen dengan cara membandingkan indeks *korelasi product moment pearson* dengan nilai signifikan yaitu 5%.

- Apabila r hitung $>$ r tabel, maka kesimpulannya kuesioner tersebut valid.
- Apabila r hitung $<$ r tabel, maka kesimpulannya kuesioner tersebut tidak valid.

Nomor-nomor soal yang dinyatakan valid tersebut, kemudian dipakai untuk pengambilan data dalam penelitian ini. Jumlah kesimpulan item yang valid adalah 54 item, dengan pembagian 27 item *self esteem* dan 27 item kecemasan berbicara.

b. Uji Reliabilitas

Setelah melakukan proses uji validitas dan uji daya beda aitem maka tahapan selanjutnya adalah melakukan uji reliabilitas. Reliabilitas sebagai tingkat kepercayaan atau konsistensi hasil

penelitian.⁴² Reliabilitas kuesioner dalam penelitian ini dihitung dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* melalui SPSS.

$$r_{11} : \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum ab^2}{a^2 t} \right)$$

Keterangan :

r_{11} : Reliabilitas instrumen

k : Banyaknya butir pernyataan

$\sum at^2$: Jumlah varian butir

at^2 : Varian total

Berdasarkan perhitungan aplikasi PASW Statistics 18, diperoleh hasil dari uji reliabilitas sebagai berikut:

Tabel 3. 8
Hasil Uji Reliabilitas Skala *Self Esteem*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,932	32

Tabel 3. 9
Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecemasan Berbicara

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,934	30

Kriteria uji reliabilitas dapat dikatakan baik jika memiliki nilai *cronbach's alpha* > 0,60.⁴³

⁴² Azwar, S, *Penyusunan Skala Psikologi*. (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2012).

- Nilai *cronbach's alpha* variabel *self esteem* yaitu 0,932. Jadi, nilai $0,932 > 0,60$ maka dapat disimpulkan bahwa konstruk variabel *self esteem* diatas reliabel.
- Nilai *cronbach's alpha* variabel kecemasan berbicara yaitu 0,934. Jadi, nilai $0,934 > 0,60$ maka dapat disimpulkan bahwa konstruk variabel kecemasan berbicara diatas reliabel.

2. Uji Asumsi

Uji asumsi adalah uji data yang digunakan untuk mengetahui apakah data penelitian memenuhi syarat untuk dianalisis lebih lanjut guna menjawab hipotesis penelitian. Sebagai persyaratan untuk pengujian hipotesis pada statistik deskriptif, dilakukan pengujian tentang asumsi distribusi normal dan homogenitas.⁴⁴

a. Uji Normalitas

Tujuannya untuk mengetahui apakah hasil sebuah data mengikuti atau mendekati distribusi normal. Dalam melakukan uji normalitas menggunakan bantuan program PASW Statistics 18 dengan rumus Kolmogorov-Smirnov dengan taraf signifikansi 5%. Sebuah data yang akan di angketkan disebut normal apabila memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ($\text{sig} > 0,05$).⁴⁵

⁴³ Tim Penyusun, *Modul Praktikum Metode Riset Untuk Bisnis & Managemen*, (Utamalab), 24

⁴⁴ Sudaryono, *Statistik II*, (Yogyakarta: CV Andi Offset, 2021), 8.

⁴⁵ Singgih Santoso, *Statistik Multivariat dan Aplikasi dengan SPSS*, (Jakarta: PPT Elex Media Komputindo, 2010), 43.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dimaksudkan untuk memperlihatkan bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki varian yang sama. Metode yang digunakan untuk uji homogenitas data dalam penelitian ini adalah *Levene Test* yaitu *test of homogeneity of variance*.⁴⁶ Untuk menentukan homogenitas digunakan kriteria sebagai berikut:

- a) Signifikansi uji (α) = 0.05
- b) Jika Sig. > α , maka variansi setiap sampel sama (homogen)
- c) Jika Sig. < α , maka varian setiap sampel tidak sama (tidak homogen).

3. Uji Hipotesis

Hipotesis yaitu pernyataan sementara yang masih lemah kebenarannya, karena itu perlu diuji kebenarannya. Hipotesis juga diartikan sebagai dugaan sementara terhadap hubungan antara dua variabel atau lebih.⁴⁷ Untuk menjawab rumusan masalah no 3 mengenai adakah hubungan *self esteem* dengan kecemasan berbicara di depan umum dan hipotesisnya.

⁴⁶ Getut Pramesti, *Kupas Tuntas Data Penelitian Dengan SPSS 22*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2014), 24

⁴⁷ Nikolaus Duli, *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Beberapa Konsep Dasar Untuk Penulisan Skripsi Dan Analisis Data Dengan SPSS* (Sleman: CV Budi Utama, 2019), 130.

- H_a : semakin tinggi *self esteem* maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum.
- H_o : semakin rendah *self esteem* maka semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum.

Teknik statistik yang digunakan pada penelitian ini menggunakan *Korelasi Pearson Product Moment*, yaitu salah satu teknik yang dikembangkan oleh Karl Pearson untuk menghitung koefisien korelasi.

Kegunaan uji *Pearson Product Moment* atau analisis korelasi adalah untuk mencari hubungan variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y) dan data berbentuk interval dan ratio. Untuk perhitungannya akan menggunakan bantuan PASW Statistics 18. Rumus yang digunakan adalah:

$$r_{xy} = \frac{\sum xy}{\sqrt{\sum x^2 \sum y^2}}$$

Keterangan :

r = Koefisien korelasi r

X = Nilai dalam distribusi variabel X

Y = Nilai dalam distribusi variabel Y

Korelasi Pearson Product Moment dilambangkan r, dengan ketentuan nilai r tidak lebih dari harga ($-1 \leq r \leq +1$). Apabila $r = -1$ artinya korelasi negatif sempurna, $r = 0$ artinya tidak ada korelasi, dan $r = 1$ berarti

korelasinya sempurna positif (kuat).⁴⁸ Sedangkan harga r akan dikonsultasikan dengan tabel interpretasi nilai r sebagai berikut:

Tabel 3. 10
Interpretasi Nilai r

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00-0,199	Sangat rendah
0,20-0,339	Rendah
0,40-0,559	Sedang
0,60-0,779	Kuat
0,80-1,000	Sangat kuat

4. Uji Statistik

a. Uji Statistik Deskriptif

Uji statistik deskriptif adalah kegiatan statistik yang meliputi pengumpulan, penyederhanaan, penyajian, dan penentuan ukuran khusus dari sebuah data.⁴⁹ Analisis data statistik untuk menjawab rumusan masalah nomor 1 dan 2.

Pada penelitian ini masing-masing variabel akan diberikan skor, yang dibagi menjadi tiga yaitu, rendah, sedang dan tinggi. Digunakan klasifikasi *standar deviasi*.

Tinggi $X > (M + 1.SD)$

Sedang $(M - 1. SD) < X < (M + 1. SD)$

Rendah $X < (M - 1. SD)$

⁴⁸ Sutrisno Hadi, *Statistik (jilid 2)* (Yogyakarta: Andi, 2004), 236.

⁴⁹ Husein Tampomas, *Sukses Ulangan dan Ujian Sistem Persamaan Linear Statistik Untuk SMU Derajad*, (Grasindo), 31 .

Sehingga dapat diketahui bahwa semakin tinggi skor maka responden akan lebih sering merasakan *self esteem* dengan kecemasan berbicara, sedangkan semakin rendah skor maka semakin rendah *self esteem* dengan kecemasan berbicara.



BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo

Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam berdiri bersamaan dengan beralih statusnya Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri menjadi Institut Agama Islam Negeri IAIN Ponorogo pada Agustus 2016 sebagai mandatori dari Kementerian Agama.

Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam merupakan jurusan yang berbeda dengan Bimbingan Konseling Islam, dimana pada jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam masuk dalam ranah masyarakat, sedangkan Bimbingan Konseling Islam masuk dalam ranah sekolah atau tarbiyah.⁵⁰

Kemudian tanggal SK Pendirian Program studi yaitu pada tanggal 19 Agustus 2015 dan 10 April 2017 dan Nomor SK Pendirian Program Studi yaitu No. 4723 tahun 2015 dan Nomor 2084 tahun 2017.

2. Tujuan Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam

Tujuan jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam disahkan melalui SK Dekan Nomor 98a/In.32.4/PP.00.9/03/2017 pada hari Jum'at, 24 Maret 2017.

⁵⁰ Wawancara dengan ketua jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Usuhuluddin Adab dan Dakwah, pada hari Kamis, 09 Maret 2023.

- a. Terselenggaranya pendidikan dan pembelajaran yang unggul dan kompetitif di bidang konseling keluarga sakinah.
- b. Terlaksananya penelitian untuk memperkuat kompetensi yang unggul dan kompetitif di bidang konseling keluarga sakinah.
- c. Terlaksananya pengabdian masyarakat di bidang konseling keluarga sakinah.
- d. Terjalannya kerjasama yang baik dengan lembaga dalam negeri dan luar negeri untuk memperkuat kompetensi yang unggul dan kompetitif di bidang konseling keluarga sakinah.

B. Uji Asumsi

1. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan alat untuk menguji atau melihat apakah suatu data normal atau tidak normal. Dalam penelitian ini uji normalitas yang dipakai menggunakan uji normalitas Kolmogorov Smirnov yang menunjukkan data berdistribusi normal jika nilai signifikansi $> 0,05$ dan data tidak berdistribusi normal jika nilai signifikansi $\leq 0,05$.⁵¹

⁵¹ Toto Aminoto dan Dwi Agustina, Mahir Statistika & SPSS (Tasikmalaya: Edu Publisher, 2020), 207

Tabel 4. 1
Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov Residual

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		105
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	6,03534985
Most Extreme Differences	Absolute	,091
	Positive	,091
	Negative	-,074
Kolmogorov-Smirnov Z		,930
Asymp. Sig. (2-tailed)		,352

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui nilai signifikansi 0,352 lebih dari ($>$) 0,05 maka dapat dikatakan bahwa data berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengambil apakah sampel memiliki varian yang sama atau tidak. Hasil pengujian homogenitas data dengan menggunakan teknik *Levene Test* dengan bantuan program PASW Statistic 18, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 2
Hasil Uji Homogenitas
Test of Homogeneity of Variances

Hasil

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1,833	1	208	,177

Berdasarkan hasil uji homogenitas dengan menggunakan *Levene Test*, yang memperoleh nilai sig = 0,177. Hal ini menunjukkan bahwa nilai lebih dari sig 0,05 ($0,177 > 0,05$), maka data dalam penelitian ini bersifat homogen dan berarti data sampel yang diteliti memiliki varian yang sama.

C. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua variabel *self esteem* dan kecemasan berbicara. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan analisis *korelasi product moment* dengan menggunakan bantuan PASW Statistics 18. Adapun hasil dari uji korelasi antara variabel *self esteem* dan variabel kecemasan berbicara adalah sebagai berikut:

Tabel 4. 3
Hasil Uji Hipotesis

		Correlations	
		Self Esteem	Kecemasan Berbicara
Self Esteem	Pearson Correlation	1	,538**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	105	105
Kecemasan Berbicara	Pearson Correlation	,538**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	105	105

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dari tabel diatas dapat dilihat hasil uji korelasi, peneliti membagi 3 tahap interpretasi yang dinilai yaitu :

1. Melihat signifikansi hubungan

Berdasarkan *output* diatas, diketahui nilai signifikansi atau Sig.(2-tailed) sebesar $0,00 < 0,001$, karena pengambilan keputusan bisa dikatakan signifikan apabila $<$ (kurang dari) 0,001 maka hasil penelitian ini signifikan antara variabel *self esteem* dengan kecemasan berbicara.

2. Melihat kekuatan hubungan

Dari *output* IBM Statistics 18 diatas, diperoleh angka korelasi sebesar 0,538, artinya tingkat hubungan antar variabel sedang.

3. Melihat arah hubungan

Angka koefisien korelasi pada hasil diatas, bernilai positif sehingga hubungan kedua variabel tersebut searah.

D. Uji Statistik

1. **Statistik Deskriptif**

Untuk memperoleh data, peneliti menggunakan sampel yang merupakan mahasiswa BPI IAIN Ponorogo berjumlah 105 responden. Sebelum menyebar kuesioner kepada responden, peneliti melakukan dua kali uji validitas dan uji reliabilitas kepada 30 mahasiswa BPI IAIN Ponorogo. Setelah

data terkumpul, peneliti menyajikan data deskriptif sebagai berikut:

Deskripsi *self esteem* dan kecemasan berbicara mahasiswa BPI IAIN Ponorogo, data diperoleh dari hasil skor kuesioner yang disebarkan kepada responden. Data yang dihasilkan berupa angka, pengambilan skor terhadap data kuesioner menggunakan skala *likert* dengan ketentuan positif dan negatif, sebagai berikut:

Tabel 4. 4
Skala Likert

Jawaban	<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>
Sangat setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak setuju	2	3
Sangat tidak setuju	1	4

Hasil dari data angket yang diperoleh peneliti menguraikan variabel *self esteem* dan kecemasan berbicara berikut:

a. *Self Esteem* Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam

IAIN Ponorogo

Untuk memperoleh data penelitian, peneliti menyebarkan kuesioner berupa *soft file* via *whatshapp* karena agar menghemat waktu dan tenaga dan diisi melalui *google form* kepada 105 responden. Hasil dari variabel *self esteem* dari mahasiswa sebagai berikut:

Tabel 4. 5**Skor Skala *Self Esteem***

No.	Skor	Frekuensi
1.	87	1
2.	80	1
3.	79	1
4.	77	2
5.	75	1
6.	74	3
7.	73	4
8.	72	2
9.	71	2
10.	70	3
11.	69	1
12.	68	6
13.	67	9
14.	66	8
15.	65	10
16.	64	4
17.	63	12
18.	62	10
19.	61	7
20.	60	6
21.	59	1
22.	58	3
23.	57	2
24.	56	2
25.	55	2
26.	54	2
Jumlah (N)		105

Tabel 4. 6**Mean dan Standar Deviasi *Self Esteem* Mahasiswa BPI****Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Self.Esteem	105	54	87	65,13	5,775
Valid N (listwise)	105				

Data pada tabel diatas merupakan hasil dari *output* IBM Statistics 18 dari hasil perhitungan kuesioner *self esteem* mahasiswa BPI. Dapat diketahui bahwa N merupakan jumlah sampel yang berjumlah 105 mahasiswa, nilai mean sebesar 65,13, nilai standar deviasi 5,775, nilai terendah 54 dan nilai tertinggi sebesar 87.

Untuk menentukan skor *self esteem* mahasiswa BPI IAIN Ponorogo, maka akan dibagi menjadi tiga bagian yaitu tinggi, sedang dan rendah. Klasifikasi yang dibuat yang menggunakan data statistik mengikuti norma standar deviasi seperti yang tertera pada tabel 3.10 diatas. Untuk perhitungannya sebagai berikut;

$$\text{Tinggi } X > (M + 1.SD)$$

$$\text{Sedang } (M - 1. SD) < X < (M + 1. SD)$$

$$\text{Rendah } X < (M - 1. SD)$$

$$\text{Tinggi} = X > (65,13 + 1.5,775)$$

$$= 70,90$$

$$\text{Sedang} = (65.13 - 1.5,775) < X < (65.13 + 1.5,775)$$

$$= 59,35 < X < 70,90$$

$$\text{Rendah} = X < (65.13 - 1.5,775)$$

$$= 59,35$$

Dapat diketahui bahwa untuk skor lebih dari 70,90 dikategorikan tingkat tinggi, skor 59,35 – 70,90

dikategorikan tingkat sedang dan untuk skor kurang dari 59,35 dikategorikan tingkat rendah. Kategorisasi dan persentase variabel *self esteem* pada tabel berikut:

Tabel 4. 7
Kategorisasi dan Persentase *Self Esteem*

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	12	11,4	11,4	11,4
	Sedang	76	72,4	72,4	83,8
	Tinggi	17	16,2	16,2	100,0
	Total	105	100,0	100,0	

b. Kecemasan Berbicara Mahasiswa BPI IAIN Ponorogo

Untuk memperoleh data penelitian, peneliti menyebarkan kuesioner berupa *soft file* via *whatsapp* karena agar menghemat waktu dan tenaga dan diisi melalui *google form* kepada 105 responden. Hasil dari variabel kecemasan berbicara dari mahasiswa sebagai berikut:

Tabel 4. 8
Skor Kecemasan Berbicara Mahasiswa BPI IAIN Ponorogo

No.	Skor	Frekuensi
1.	108	1
2.	97	1
3.	96	1
4.	91	2
5.	90	1
6.	87	3
7.	86	1
8.	85	3
9.	84	1
10.	82	1

11.	81	3
12.	80	8
13.	79	4
14.	78	7
15.	77	8
16.	76	8
17.	75	4
18.	74	6
19.	73	10
20.	72	12
21.	71	4
22.	70	2
23.	69	4
24.	68	4
25.	67	1
26.	66	1
27.	65	2
28.	62	2
Jumlah (N)		105

Tabel 4. 9
Mean dan Standar Deviasi Kecemasan Berbicara
Mahasiswa BPI

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecemasan.Berbicara	105	62	108	76,26	7,162
Valid N (listwise)	105				

Data pada tabel diatas merupakan hasil dari *output* IBM Statistics 18 dari hasil perhitungan kuesioner kecemasan berbicara mahasiswa BPI. Dapat diketahui bahwa N merupakan jumlah sampel yang berjumlah 105 mahasiswa, nilai mean sebesar 76,26, nilai standar deviasi 7,162, nilai terendah 62 dan nilai tertinggi sebesar 108.

Untuk menentukan skor kecemasan berbicara mahasiswa BPI IAIN Ponorogo, maka akan dibagi menjadi tiga bagian yaitu tinggi, sedang dan rendah. Klasifikasi yang dibuat yang menggunakan data statistik mengikuti norma standar deviasi seperti yang tertera pada tabel 3.10 diatas. Untuk perhitungannya sebagai berikut;

$$\text{Tinggi } X > (M + 1.SD)$$

$$\text{Sedang } (M - 1. SD) < X < (M + 1. SD)$$

$$\text{Rendah } X < (M - 1. SD)$$

$$\text{Tinggi} = X > (76,26 + 1.7,162)$$

$$= 83,42$$

$$\text{Sedang} = (76,26 - 1.7,162) < X < (76,26 + 1.7,162)$$

$$= (69,09) < X < (83,42)$$

$$\text{Rendah} = X < (76,26 - 1.7,162)$$

$$= 69,09$$

Dapat diketahui bahwa untuk skor lebih dari 83,42 dikategorikan tingkat tinggi, skor 69,09 – 83,42 dikategorikan tingkat sedang dan untuk skor kurang dari 69,09 dikategorikan tingkat rendah. Kategorisasi dan persentase variabel kecemasan berbicara pada tabel berikut:

Tabel 4. 10
Kategorisasi dan Persentase Kecemasan Berbicara

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	14	13,3	13,3	13,3
	Sedang	77	73,3	73,3	86,7
	Tinggi	14	13,3	13,3	100,0
	Total	105	100,0	100,0	



BAB V

PEMBAHASAN

A. Tingkat *Self Esteem* Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo

Berdasarkan uji analisis yang sudah dilakukan dengan hasil yang berupa data statistik pada bab IV, dari keseluruhan subjek 105 mahasiswa/i Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo tergolong kategori/tingkat tinggi 17 mahasiswa/i memiliki persentase 16,2%, termasuk kategori/tingkat sedang 76 mahasiswa/i dengan persentase 72,4% dan untuk tingkat rendah 12 mahasiswa/i dengan persentase 11,4%. Jadi sebagian besar mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo memiliki tingkat *self esteem* pada tingkat sedang.

Berdasarkan data yang diperoleh dari skala penelitian, bentuk *self esteem* pada mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam yang mengacu pada seluruh aspek-aspek *self esteem* yang dikemukakan oleh Coopersmith, diantaranya yaitu:

1. Aspek kekuatan diri, mahasiswa cenderung dapat mengendalikan keadaan seperti menahan diri untuk mempertimbangkan pendapat yang akan diutarakan, melakukan hal yang positif dan mampu mengendalikan tekanan yang ada dalam diri sendiri.

Hal ini dapat diartikan bahwa mahasiswa mampu mempengaruhi dan mengendalikan diri sendiri, apabila mahasiswa mampu mengendalikannya maka akan mendorong terbentuknya *self esteem*

yang tinggi. Apabila seseorang merasa memiliki *self esteem* yang tinggi mereka akan cenderung menganggap dirinya sangat berharga dan merasa dirinya dihargai oleh orang lain.

Selain itu, mereka akan menganggap dirinya tidak memiliki kekurangan dan berprestasi dibidang akademik serta mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan.

2. Aspek keberartian, mahasiswa cenderung mampu memberikan perhatian, rasa peduli terhadap diri sendiri, merasa diterima dengan baik di lingkungan sekitar dan memiliki pengaruh yang baik untuk diri sendiri. Keberhasilan individu dalam memberikan perhatian dan rasa peduli terhadap diri sendiri dipengaruhi oleh lingkungan.

Hal ini akan mengakibatkan individu mengembangkan *self esteem* yang rendah apabila lingkungan kurang memberikan perhatian. Apabila seseorang merasa memiliki *self esteem* yang rendah mereka akan menganggap dirinya tidak berharga, takut gagal dan kehilangan rasa percaya diri.

Kesulitan yang dirasakan yaitu, mengontrol tindakan dan perilaku agar mampu menerima kritik maupun saran dari orang lain. Selain itu, mereka juga cenderung tidak yakin dengan diri sendiri yang menimbulkan perasaan khawatir dan ragu dalam menghadapi tuntutan yang diberikan.

3. Aspek kebajikan, mahasiswa cenderung mampu menilai perilaku yang baik dan tidak merugikan dirinya sesuai dengan norma yang berlaku.

Hal ini membuat individu akan memiliki rasa taat pada kode moral, etika dan prinsip keagamaan yang ditandai dengan menjauhi tingkah laku yang menyimpang agama.

Melakukan tingkah laku yang diperbolehkan oleh agama. Hal ini biasanya dipengaruhi oleh faktor lingkungan keluarga dan lingkungan sosial. Keluarga adalah tempat pertama yang mendidik anak agar mampu bersosialisasi dalam lingkungan yang lebih besar. Orang tua sangat berpengaruh dalam mengembangkan *self esteem* pada anak sehingga terbentuk *self esteem* yang tinggi.

Orang tua yang sering memberikan hukuman dan larangan tanpa alasan yang jelas akan menyebabkan anak memiliki *self esteem* yang rendah. Dalam lingkungan sosial pertumbuhan *self esteem* dimulai dari seseorang yang menyadari bahwa dirinya berharga atau tidak dengan memiliki pengalaman dilingkungan dan kesuksesan dalam bidang tertentu.

4. Aspek kompetensi, diartikan sebagai usaha untuk mendapatkan prestasi yang baik sesuai dengan tahapan usia. Apabila usaha individu sesuai dengan tuntutan dan harapan yang dimiliki berarti individu memiliki kompetensi yang dapat membantu membentuk *self esteem* yang tinggi.

Begitu sebaliknya, apabila individu sering mengalami kegagalan dalam memenuhi tuntutan dan harapan yang tidak sesuai, maka ia akan merasa tidak memiliki kompetensi sehingga merasa rendah diri.

Mahasiswa cenderung mempunyai rasa percaya diri untuk melakukan hal baru dan memiliki tanggung jawab untuk menyelesaikan berbagai tugas.

B. Tingkat Kecemasan Berbicara Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo

Berdasarkan uji analisis yang sudah dilakukan dengan hasil yang berupa data statistik pada bab IV, dari keseluruhan subjek 105 mahasiswa/i Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo tergolong kategori/tingkat tinggi 14 mahasiswa/i memiliki persentase 13,3%, termasuk kategori/tingkat sedang 77 mahasiswa/i dengan persentase 73,3% dan untuk tingkat rendah 14 mahasiswa/i dengan persentase 13,3%. Jadi sebagian besar mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo memiliki tingkat kecemasan berbicara pada tingkat sedang.

Berdasarkan data yang diperoleh dari skala penelitian, bentuk kecemasan berbicara pada mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam yang mengacu pada seluruh aspek-aspek kecemasan berbicara yang dikemukakan oleh McCroskey diantaranya yaitu:

1. Aspek ketidaknyamanan batin, individu dengan kecemasan komunikasi akan mengalami perasaan tidak nyaman dalam diri. Ketidak-nyamanan tersebut menimbulkan respon-respon negatif seperti khawatir atau ketakutan sehingga menimbulkan rasa panik, malu, tegang atau gugup ketika berkomunikasi.

Semakin rendah kecemasan komunikasi maka akan semakin sedikit ketidak-nyamanan yang dirasakan individu ketika berkomunikasi. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan komunikasi yaitu faktor tingkat evaluasi.

Semakin tinggi evaluasi yang di dapat dalam komunikasi maka akan semakin tinggi pula kecemasannya dalam berkomunikasi. Mahasiswa cenderung memiliki perasaan yang tidak nyaman, merasa malu, tegang dan gugup ketika sedang berkomunikasi.

2. Aspek menghindari komunikasi, individu dengan kecemasan komunikasi memiliki kecenderungan untuk menghindari situasi atau keadaan yang memerlukan komunikasi. Pada situasi yang dapat menimbulkan kecemasan komunikasi, individu dengan kecemasan komunikasi biasanya akan munculkan perilaku diam, memberi tanggapan atau berbicara sebanyak yang diperlukan saja.

Mahasiswa cenderung menghindari situasi yang memerlukan komunikasi dengan memilih diam dan berbicara seperlunya saja. Faktor yang berkaitan dengan individu yang memandang diri sendiri ketika berkomunikasi akan memandang dirinya rendah dan mengalami kecemasan dalam berkomunikasi.

3. Aspek gangguan komunikasi, individu yang mengalami kecemasan komunikasi yang tinggi cenderung mengalami ketidak lancarannya dalam presentasi verbal ataupun memunculkan perilaku non verbal yang

tidak wajar. Mahasiswa cenderung tidak lancar dalam berkomunikasi dan strategi komunikasi yang kurang maksimal.

Kecemasan komunikasi akan meningkat apabila prediksi individu pada suatu situasi atau kejadian rendah. Dengan kata lain, semakin banyak situasi atau kejadian yang tidak diduga oleh individu maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan komunikasinya.

4. Aspek komunikasi berlebihan, salah satu respon dari kecemasan komunikasi yang tidak di alami oleh banyak orang atau hanya terjadi pada sebagian kecil individu saja. Individu dengan kecemasan komunikasi cenderung menampilkan respon yang berlebihan dalam komunikasi.

Individu berusaha untuk menunjukkan bahwa ia memiliki kualitas komunikasi yang baik namun upaya tersebut dilakukan untuk terlepas dari ketidaknyamanan dalam berkomunikasi. Sebagai contoh, ketika melakukan presentasi di depan kelas mengucapkan kalimat-kalimat yang tidak sesuai dengan topik yang dibawakan.

Mahasiswa cenderung menampilkan respon komunikasi secara berlebihan dan menunjukkan kualitas komunikasi dengan baik. Tingkat ketidaksesuaian atau sedikitnya persamaan yang dirasakan individu dengan lawan bicaranya. Semakin sedikit persamaan antara individu dengan lawan bicara maka akan semakin tingginya kecemasan komunikasi yang dialami individu tersebut.

C. Hubungan *Self Esteem* dengan Kecemasan Berbicara Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar tingkat *self esteem* mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo tergolong pada tingkat sedang, pada signifikan 5% dengan persentase 72,4%. Untuk kecemasan berbicara mahasiswa juga menduduki tingkat yang sama yaitu tingkat rendah, pada signifikan 5% dengan persentase 73,3%.

Dari perhitungan korelasi *product moment* mendapatkan nilai r 0,538 dengan signifikan (p) $0,00 < 0,001$. Hal ini menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, maka dapat disimpulkan terdapat hubungan antara *self esteem* dengan kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo. Artinya bahwa semakin tinggi *self esteem* maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum.

Penelitian ini membuktikan penelitian Devia Sokaaru yang menyatakan bahwa individu yang memiliki harga diri tinggi akan mampu mengatur kecemasan dalam berbicara. Hal ini didukung juga dalam penelitian Melinda Susanto dan Siti Mutmainah yang menyatakan bahwa individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi akan mampu mengatur kecemasan dalam berbicara di depan umum. Namun keterbatasan pada penelitian ini diantaranya hanya melihat faktor

kecemasan berbicara saja, tidak pada faktor lain yang dapat menjadikan tinggi rendahnya *self esteem* pada mahasiswa.

Selain itu, pendekatan yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah pendekatan kuantitatif yang digunakan hanya diinterpretasikan dalam bentuk angka yang kemudian di deskripsikan berdasarkan hasil yang diperoleh, sehingga penelitian tersebut tidak mampu melihat dinamika psikologis yang terjadi dalam prosesnya.



BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas, peneliti menyimpulkan tiga hal yang berkaitan dengan rumusan masalah, yaitu:

1. Tingkat *self esteem* yang dialami mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo dengan keseluruhan subjek 105 mahasiswa/i Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo tergolong kategori/tingkat tinggi 17 mahasiswa/i memiliki persentase 16,2%, termasuk kategori/tingkat sedang 76 mahasiswa/i dengan persentase 72,4% dan untuk tingkat rendah 12 mahasiswa/i dengan persentase 11,4%. Maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo memiliki *self esteem* tingkat sedang.
2. Tingkat kecemasan berbicara yang dialami mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam dengan keseluruhan subjek 105 mahasiswa/i tergolong kategori/tingkat tinggi 14 mahasiswa/i memiliki persentase 13,3%, termasuk kategori/tingkat sedang 77 mahasiswa/i dengan persentase 73,3% dan untuk tingkat rendah 14 mahasiswa/i dengan persentase 13,3%. Maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo memiliki kecemasan berbicara tingkat sedang.
3. Terdapat hubungan positif antara *self esteem* dengan kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam

IAIN Ponorogo. Hal ini sesuai dengan hasil perhitungan hipotesis 5% r hitung = 0,538. Semakin tinggi *self esteem* maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum dan sebaliknya semakin rendah *self esteem* maka semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian diatas, berikut beberapa saran yang peneliti sampaikan mengenai hubungan *self esteem* dengan kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa BPI IAIN Ponorogo:

1. Untuk Mahasiswa

Disarankan kepada mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo untuk menanamkan rasa percaya diri dengan meningkatkan harga diri sehingga dapat terhindar dari perilaku kecemasan berbicara yang berdampak negatif pada kehidupan sehari-hari.

2. Kepada Pihak Akademik

Mengingat perilaku kecemasan berbicara telah biasa terjadi pada kalangan mahasiswa, peneliti berharap agar pihak akademik dapat memberikan fasilitas dan layanan kepada mahasiswa untuk membantu mengurangi perasaan kecemasan berbicara. Hal ini dapat diwujudkan melalui pembelajaran kepada mahasiswa mengenai dampak dari perasaan kecemasan berbicara, sehingga mampu meningkatkan *self esteem* pada mahasiswa.

3. Kepada Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk lebih memperpanjang waktu penelitian dan mengkaji lebih banyak sumber maupun referensi yang terkait dengan *self esteem* dan kecemasan berbicara agar hasil penelitiannya lebih baik.



DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, Liliza. *Model Intervensi Psikologi Islam*. (Malang: CV. Literasi Nusantara Abadi, 2022).
- A. J, Jones. *Gender Dissimilarity and Leader-Member Exchange: The Mediating Effect of Communication Apprehension*. Jurnal Regent University Vol. 2, tahun 2009.
- Aminoto, Toto dan Dwi Agustina. *Mahir Statistika & SPSS* (Tasikmalaya: Edu Publisher, 2020).
- Ayu, Nova. *Hubungan Antara Self Esteem Dengan Kecemasan Komunikasi Public Speaking Mahasiswa Baru* (Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial, Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia), 2017.
- Avelina. Yuldensia dkk. *Keperawatan Jiwa*, (Bandung: CV. Media Sains Indonesia, 2022).
- Azwar. *Penyusunan Skala Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2012).
- Azwar. *Tes Prestasi, Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar*. (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 1996).
- Bukhori, Baidi. *Kecemasan Berbicara Di Depan Umum*, (Jurnal Komunikasi Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Ampel, Surabaya, Indonesia), 2016.
- Candra, I. W., I, Harini, I. G., Sumirta, I. N., (2017). *Psikologi Landasan Keilmuan Praktik Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Dariuszky G. *Membangun Harga Diri*, (Bandung: Pionir Jaya, 2004).

- Dessy Wulansari, Andhita. *Penelitian Pendidikan: Suatu Pendekatan Praktik dengan Menggunakan SPSS*, (Ponorogo STAIN Po press, 2012).
- Dewi E. *Hubungan Antara Harga Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum*, (Skripsi, Universitas Santa Dharma Yogyakarta), 2009.
- Duli, Nikolaus. *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Beberapa Konsep Dasar Untuk Penulisan Skripsi Dan Analisis Data Dengan SPSS* (Sleman: CV Budi Utama, 2019).
- Hadi, Sutrisno. *Statistik (jilid 2)* (Yogyakarta: Andi, 2004).
- Hadi, Sutrisno. *Statistik* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017).
- Hakim, T. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. (Jakarta: Puspa Swara, 2005).
- Himmah, Faiqotul. *Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*, (Skripsi, Fakultas Psikologi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang), 2020.
- Hoy Yam, Jim. *Hipotesis Penelitian Kuantitatif*. *Jurnal Ilmu Administrasi*, (online), jilid 3, No. 2, tahun 2021.
- Indah Suryani, Dian. *Upaya Peningkatan Keterampilan Berbicara Dalam Pembelajaran Tematik Terpadu*. *Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Pembelajaran*, (online), jilid 2, No 1, tahun 2018.
- Kamela K, *Self Esteem dan Kecemburuan*, (Skripsi, Universitas Pendidikan Bandung, 2017).
- Maharani, Ardina. *Retorika Dakwah* (Bogor: Guepedia Group, 2022).
- May, Ard. *Retorika Dakwah*, (Salatiga: Guepedia, 2022).
- Martono, Nanang. *Metode Penelitian Kuantitatif Analisis Isi dan Analisis Data Sekunder* (Jakarta: Rajawali Pers, 2011).

- Mas Ani, Andi. Penggunaan Media Kartu Gambar Berwarna Sebagai Upaya Meningkatkan Kemampuan Berbicara. *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, (online), jilid 2, No. 1, tahun 2018.
- McCroskey, C. J. *The Communication Apprehension Persective*. Diakses dari <http://www.jamesmccroskey.com>
- Mintawati, Desri. *Cara Cepat Berbicara Efektif Dengan Metode IBC*, (Solok: PT Insan Cendekia Mandiri, 2022).
- M Nur, Ghufron. *Teori-teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2014).
- Mutmainah, Siti. *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*, (Skripsi, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Walisongo Semarang), 2016.
- Pramesti, Getut. *Kupas Tuntas Data Penelitian Dengan SPSS 22*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2014).
- Putu Candra Prasetya Dewi, Ni. *Buku Ajar PKN Dan Pancasila*, (Bali: Nilacakra, 2020).
- Redan Werang, Basilius. *Pendekatan Kuantitatif Dalam Penelitian Sosial*, (Yogyakarta, Calpilis, 2005).
- Santoso, Singgih. *Statistik Multivariat dan Aplikasi dengan SPSS*, (Jakarta: PPT Elex Media Komputindo, 2010).
- Sarwono, Johnathan. *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*, (Yogyakarta, Graha Ilmu, 2006).
- Sokaarru Ristindra, Devia. *Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa*, (Skripsi, Universitas Negeri Jakarta), 2020.

Sudaryono, *Statistik II*, (Yogyakarta: CV Andi Offset, 2021).

Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D* (Bandung: Alfabeta, 2006).

Susanto, Ahmad. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2018).

Susanto, Melinda. *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana*, (Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga), 2018.

Tampomas, Husein. *Sukses Ulangan dan Ujian Sistem Persamaan Linear Statistik Untuk SMU Derajat*, (Grasindo).

Tim Penyusun, *Modul Praktikum Metode Riset Untuk Bisnis & Manajemen*, (Utamalab).

Wawancara dengan ketua jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Usuhuluddin Adab dan Dakwah, pada hari Kamis, 09 Maret 2023.

Wahyuni, Sri. *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi*, (Jurnal Ilmiah Psikologi, Universitas Mulawarman), 2013.

Zuhairi, et.al, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2016), cet ke 1.