

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

##### **1. Latar Belakang Masalah**

Banyak sekarang ditemui mahasiswa yang kesulitan dalam keterampilan berkomunikasi yang baik di depan umum. Banyak alasan terlontar diantaranya grogi atau mengalami kecemasan karena dilihat banyak orang. Keahlian berkomunikasi ada disetiap diri manusia, namun kenyataannya orang merasa tidak mampu serta tidak pernah ingin mencoba, karena takut salah. Melakukan kesalahan adalah proses dari suatu pembelajaran. Dalam kemampuan berkomunikasi, jika seseorang tidak mempunyai keterampilan kemampuan berkomunikasi yang baik, pasti akan menjadi grogi (cemas), dan hal ini akan mempengaruhi pesan yang disampaikan tidak tersampaikan dengan baik. Ketidakpercayaan diri dipengaruhi oleh sejauh mana seorang mempersiapkan dirinya untuk tampil di depan publik. Untuk dapat berbicara dengan baik di depan umum, diperlukan strategi dan persiapan yang matang. Sebagai kelompok yang mengenyam pendidikan tinggi, mahasiswa dituntut untuk mampu menuangkan ide dan pikirannya secara lisan. Demikian pula dengan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dituntut untuk terampil berbicara tidak hanya dalam kegiatan yang berkaitan dengan perkuliahan, tetapi juga dituntut untuk mampu berbicara di depan umum. Kompetensi mahasiswa dalam berbicara di depan umum

telah menjadi tuntutan yang sewajarnya sebagai bekal kehidupan bermasyarakat.

Anwar (2010) mengatakan bahwa kecemasan berbicara di muka umum adalah gejala-gejala yang di alami seseorang ketika bekerja di bawah pengawasan orang lain. Beberapa gejala yang di rasakan mereka seperti detak jantung yang cepat, telapak tangan atau punggung berkeringat, nafas terengah-engah, mulut kering, dan sukar menelan, ketegangan otot dada, tangan, leher, dan kaki, tangan atau kaki bergetar, suara bergetar atau parau, berbicara cepat dan tidak jelas, tidak sanggup mendengar atau konsentrasi, lupa atau ingatan berkurang.

Seseorang yang memiliki tingkat kecemasan berbicara yang tinggi biasanya tidak dianggap secara positif oleh orang lain (McCroskey dalam Byers & Weber, 1995). Mereka dianggap tidak responsif, tidak komunikatif, sulit untuk mengerti, tidak memiliki ketertarikan sosial dan seksual, tidak kompeten, tidak dapat dipercaya, tidak berorientasi pada tugas, tidak suka bergaul, tidak suka menjadi pemimpin dan tidak produktif dalam kehidupan profesionalnya (Merrill; Mulac & Sherman; McCroskey & Richmond, dalam Byers & Weber, 1995). Intinya adalah bahwa kecemasan berbicara menghasilkan pengaruh yang negatif terhadap kehidupan ekonomi, akademis, politik, dan sosial individu (McCroskey dalam Byers & Weber, 1995).

Hal senada juga disampaikan oleh Wahyuni (2015) bahwa individu yang mengalami kecemasan menunjukkan ketakutan dan perilaku menghindar yang sering mengganggu performansi dalam kehidupan mereka, begitu pula dalam situasi akademis. Lebih lanjut, Elliot, dkk

(2000) menyatakan bahwa mahasiswa sering mengalami kecemasan saat akan menghadapi ujian ataupun pada saat harus berbicara di depan orang banyak, dan kecemasan tersebut akan mempengaruhi performansinya. Anwar (dalam Ericson dan Gardner, 2010) menambahkan bahwa kecemasan terbukti menimbulkan banyak efek yang merugikan terhadap mahasiswa di dalam kelas.

Kecemasan berbicara di depan umum yang terjadi pada diri individu bisa disebabkan oleh berbagai macam hal. Menurut Setianingrum (2013) kecemasan tersebut dapat bersumber dari berbagai hal seperti tuntutan sosial yang berlebihan dan tidak mau atau tidak mampu dipenuhi oleh individu yang bersangkutan, standar prestasi individu yang terlalu tinggi dengan kemampuan yang dimilikinya seperti kekurangsiapan untuk menghadapi situasi yang ada, pola berpikir, dan persepsi negatif terhadap situasi atau diri sendiri. Beberapa penelitian bahkan menghubungkan kecemasan berbicara dengan karakteristik individu. MacIntyre dan Thivierge misalnya, mereka menemukan bahwa ciri umum ekstraversi, kestabilan emosi, dan intelegensi secara signifikan berhubungan dengan kecemasan berbicara di depan umum (dalam Roach, 1999).

Berbicara merupakan salah satu bentuk berkomunikasi, namun tidak setiap orang dapat berbicara dengan baik dan komunikatif di depan umum. Berbicara adalah cara seseorang berkomunikasi dengan orang lain untuk menyampaikan sesuatu yang diinginkan. Dalam proses komunikasi menentukan kualitas kehidupan manusia, sehingga memiliki kemampuan berkomunikasi yang efektif sangatlah diperlukan untuk menyampaikan ide, gagasan dan pengetahuan kepada masyarakat (Wahyuni, 2015).

Sedangkan proses komunikasi pada hakikatnya adalah proses penyampaian pikiran atau perasaan dari komunikator kepada komunikan. Pikiran bisa berupa gagasan, informasi, opini, dan lain-lain yang muncul dari benaknya. Perasaan bisa berupa keyakinan kepastian, keraguan-raguan, kekhawatiran, kemarahan, keberanian, kegairahan, dan sebagainya yang timbul dari lubuk hati.

Tujuan berbicara ialah untuk menyampaikan suatu pesan atau informasi hingga pesan tersebut dapat diterima oleh si-penerima setepat mungkin; apapun bentuk dan cara penyampaiannya. Di dalam mencapai tujuan komunikasi efektif, dibutuhkan untuk memahami sifat-sifat komunikasi dan pesan. Agar komunikasi secara tepat mengena pada sasaran yang hendak dicapainya, maka suatu komunikasi haruslah dilakukan secara terencana dan strategis. Suatu komunikasi yang diharapkan efektivitasnya tidaklah dilakukan serampangan, melainkan membutuhkan persiapan-persiapan dan perencanaan yang matang meliputi strategi, dimana strategi ini menyangkut tindakan yang akan dilakukan serta manajemen.

Menurut Rudolph F. Verderber dalam Pemuda Sukses (2012), komunikasi mempunyai dua fungsi, yaitu fungsi social meliputi untuk tujuan kesenangan, untuk menunjukkan ikatan dengan orang lain, membangun dan memelihara hubungan; dan fungsi pengambilan keputusan yang meliputi memutuskan untuk melakukan atau tidak melakukan sesuatu pada suatu saat tertentu. Dengan demikian, seseorang dapat berkomunikasi yang baik, dapat melakukan kerjasama dan membangun hubungan dengan sesama. Keterampilan kemampuan

komunikasi sangat penting dalam kehidupan, selain untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar, keterampilan kemampuan komunikasi dapat berguna untuk mengetahui kehidupan yang lebih luas. Sedangkan dalam organisasi atau perusahaan, keterampilan berkomunikasi berguna untuk mengefektifkan setiap fungsi manajemen, mempengaruhi produktifitas perusahaan, dan lain – lain.

Disiplin ilmu komunikasi, rasa kecemasan tersebut dikenal dengan *communication apprehension*. Penelitian Muslimin (2013) menyatakan *communication apprehension* sebagai suatu reaksi negatif dari individu berupa kecemasan yang dialami individu ketika berkomunikasi, baik komunikasi antar pribadi, komunikasi di depan umum maupun komunikasi masa. Gaibani dan Elmenfi (dalam McCroskey, 2014) mendefinisikan *communication apprehension* sebagai tingkat kecemasan individu yang diasosiasikan dengan salah satu komunikasi, baik komunikasi yang nyata ataupun komunikasi yang diharapkan dengan individu lain maupun dengan orang banyak.

Gambaran fenomena mengenai kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa maka dilakukan survei awal terhadap mahasiswa Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Berdasarkan hasil wawancara terbuka yang telah dilakukan ditemukan bahwa mahasiswa lebih memilih metode belajar dengan cara mendengar dari pada berbicara di depan kelas. Hal ini dalam realita telah ditemukan bahwa memang ada beberapa mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam kecemasan berbicara di depan umum lebih cenderung memilih mendengar daripada banyak berbicara di depan umum dikarenakan karena minimnya

penyesuaian social seperti kurang berinteraksi social, kurangnya perkembangan akan kepercayaan di dalam dirinya, serta kurang beradaptasi dan berkomunikasi. Mahasiswa-i yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum lebih cenderung merasa memiliki sikap yang rendah diri, minder, kurang percaya diri, dan memiliki gambar diri yang negatif.

## **2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas permasalahan yang dapat diambil dari penelitian ini, yaitu apakah ada hubungan antara penyesuaian sosial dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

### **B. Tujuan dan Manfaat**

#### **1. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian sosial dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

#### **2. Manfaat Penelitian**

##### **a. Manfaat teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan mengenai hubungan penyesuaian sosial dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

**b. Manfaat praktis**

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini adalah:

## 1) Bagi Orang Tua

Manfaat penelitian ini bagi orang tua adalah untuk dapat membantu para orang tua untuk memahami gangguan kecemasan berbicara di depan umum yang dialami oleh penderita, serta pola penanganannya.

## 2) Bagi Guru / Pendidik

Manfaat bagi pendidik dapat mengetahui tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Hal ini berguna dalam memberikan pembinaan yang lebih pada mahasiswa dalam mengembangkan tingkat kepercayaan diri dan mengurangi kecemasan berbicara di depan umum.

## 3) Bagi Peneliti

Penelitian ini berguna sebagai input bagi mahasiswa tentang kecemasan berbicara di depan umum, sehingga diharapkan dapat dimanfaatkan dalam pengembangan diri mahasiswa terutama dalam meningkatkan kepercayaan diri dan mengurangi kecemasan berbicara di depan umum.

### C. Penelitian Terdahulu

Penelitian Khoirul Muslimin (2013) dengan judul faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan berkomunikasi di depan umum pada mahasiswa Fakultas Dakwah INISNU Jepara. Rancangan penelitian menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah total sampling sebanyak 107 mahasiswa Fakultas Dakwah INISNU Jepara. Analisis data yang digunakan adalah teknik regresi berganda. Berdasarkan hasil perhitungan uji statistic dengan menggunakan rumus koefisiensi regresi diperoleh hasil bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan berkomunikasi di depan umum yaitu perasaan sedang dievaluasi, merasa orang lain memiliki kemampuan berkomunikasi yang lebih baik, dan kurangnya kemampuan dan pengalaman dalam berkomunikasi.

Penelitian Wahyuni (2015) dengan judul hubungan *self-efficacy* dan keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum. Sampel penelitian adalah 50 mahasiswa semester 6 angkatan 2010-2011 Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Ampel Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Teknik pengambilan sampel penelitian dilakukan dengan cara *purposive sampling*. Melalui analisis regresi ganda dan korelasi parsial, studi ini menemukan bahwa tingginya keterampilan komunikasi tidak dapat mengurangi kecemasan berbicara di depan umum. Hal ini menunjukkan adanya faktor lain yaitu kematangan emosi dan kurangnya dalam mempersiapkan diri



yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa selain keterampilan komunikasi.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Kholisin (2014) dengan judul kecemasan berbicara ditinjau dari konsep diri dan kecerdasan emosional. Subjek penelitian adalah mahasiswa KKN angkatan ke-64 tahun 2015 Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang berjumlah 137 mahasiswa, dengan rincian mahasiswa Jurusan BPI 48 orang, mahasiswa Jurusan KPI 51 orang, dan mahasiswa Jurusan MD 38 orang (Kabag Akademik dan Kemahasiswaan Fakultas Dakwah dan Komunikasi 2015). Pengambilan sampel dilakukan secara *cluster random sampling*, yaitu sistem pengambilan sampel secara random terhadap kelompok-kelompok yang ada dalam populasi.. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linier sederhana dan regresi linier berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konsep diri berpengaruh secara signifikan terhadap kecemasan berbicara di depan umum, yaitu sebesar 51,9%, kecerdasan emosional berpengaruh secara signifikan terhadap kecemasan berbicara di depan umum, yaitu sebesar 34,9%, konsep diri dan kecerdasan emosional berpengaruh secara simultan terhadap kecemasan berbicara di depan umum, yaitu sebesar 60,4%.

Penelitian yang dilakukan oleh Setianingrum (2013) dengan judul upaya mengurangi kecemasan berbicara di depan umum dengan menggunakan teknik relaksasi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen semu dengan time-series design. Subjek penelitian ini sebanyak enam orang siswa kelas VIII yang memiliki kecemasan berbicara di depan umum tinggi. Teknik pengumpulan data

dalam penelitian ini dengan menggunakan pedoman observasi dan analisis data dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon Match Pairs Test*. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum dapat dikurangi dengan menggunakan teknik relaksasi pada siswa kelas VIII SMP Xaverius 4 Bandar Lampung tahun pelajaran 2012/2013.

Perbedaan antara penelitian terdahulu diatas dengan penelitian ini adalah pada variabel dan subjek penelitian. Dimana dalam penelitian ini variabel yang membedakan adalah hubungan antara penyesuaian social terhadap kecemasan berbicara di depan umum, serta Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan sampling acak sederhana dengan menggunakan analisis korelasi untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian sosial terhadap kecemasan berbicara di depan umum.