

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN  
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA  
MAHASISWA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

**BENNY KURNIAWAN**  
**NBI : 1511800075**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2022**

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN  
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA  
MAHASISWA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh:**

**Benny Kurniawan**

**1511800075**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA  
2022**

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN  
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA  
MAHASISWA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh:**

**Benny Kurniawan**

**1511800075**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA  
2022**

## **PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN**

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Benny Kurniawan

NPM : 1511800075

Program Studi : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa penelitian yang berjudul “Hubungan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa” adalah benar merupakan hasil karya sendiri dan bebas dari peniruan karya milik orang lain. Pendapat dan temuan orang lain pada skripsi ini dikutip secara tertulis dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 14 Juli 2022



(Benny Kurniawan)

**HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**NAMA : BENNY KURNIAWAN**  
**NPM 1511800075**  
**JUDUL : HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN  
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA  
MAHASISWA**

**Surabaya, 11 Juli 2022**

**Disetujui Oleh:**

**Dosen Pembimbing I**



**Dr. Andik Matulesy, M.Si, Psikolog**

**Dosen Pembimbing II**



**Suhadianto, S.Psi., M.Psi, Psikolog**

## LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Dipertahankan di depan Dosen Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas  
17 Agustus 1945 Surabaya dan Diterima untuk Memenuhi sebagai Syarat-  
srayat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada tanggal : 14 Juli 2022

### Dewan Penguji

1. Drs. Sahat Saragih, M.Si, Psikolog



2. Dr. Andik Matulesy, M.Si, Psikolog



3. Suhadianto, S.Psi, M.Psi, Psikolog



Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan,



Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog

NPP. 20510.02.0552



UNIVERSITAS  
17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA

BADAN  
PERPUSTAKAAN

Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA  
TELP. 031 593 1800 (Ext. 311)

e-mail : perpus@untag-sby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Benny Kurniawan  
NBI/ NPM : 1511800075  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi  
Jenis Karya : Skripsi/~~Tesis/ Disertasi/ Laporan Penelitian/Praktek\*~~

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)**, atas karya saya yang berjudul:

“Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa”

Dengan **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty – Free Right)**, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Pada Tanggal : 14 Juli 2022

Yang menyatakan



**(Benny Kurniawan)**

## **MOTTO**

“When the world is on your shoulders, and the weight of your own heart is too much to bear, well, i know that you’re afraid things will always be this way it’s just a bad day, not a bad life”

“Lyrics from Sigrid, Bring Me The Horizon – Bad Life”



## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Dengan Rahmat Tuhan Yang Maha Esa

Dengan Ini Saya Persembahkan Karya Skripsi Saya Untuk :

### **Keluarga**

Karya ini saya persembahkan khusus kedua orang tua saya, kakak, dan saudara-saudara saya yang selalu memberikan motivasi hingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar

### **Diri Saya**

Terima kasih banyak untuk diri saya sendiri yang sudah berjuang dalam situasi dan kondisi apapun yang tidak mudah menyerah dalam menghadapi kegagalan yang ada. Terima kasih sudah berjuang sampai titik ini.

### **Seluruh Pihak Yang Telah Membantu**

Saya juga turut mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang ikut serta dalam membantu proses pembuatan skripsi ini yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

## ***CURRICULUM VITAE***

### **A. BIODATA MAHASISWA**

Nama : Benny Kurniawan  
NPM : 1511800075  
Program Studi : Psikologi  
Tempat/Tanggal Lahir : Malang, 17 November 2000  
Agama : Islam  
Jumlah Saudara/Anak Ke : 3 / Anak ke-3  
Alamat Rumah : Jl. Karah no 6 E/7 Perum Brantas  
E-mail : [kurniawanbenny404@gmail.com](mailto:kurniawanbenny404@gmail.com)

### **B. BIODATA ORANG TUA**

Nama Ayah : Wahyu Yuwono  
Nama Ibu : Sri Sulastri Dewayani  
Alamat Rumah : Jl. Karah no 6 E/7 Perum Brantas  
Pekerjaan Ayah : Pegawai Negeri Sipil  
Pekerjaan Ibu : Ibu Rumah Tangga

### **C. RIWAYAT PENDIDIKAN**

SDN Karah 1 Surabaya	Tahun 2012
SMP Widya Darma Surabaya	Tahun 2015
SMA Hangtuah 4 Surabaya	Tahun 2018
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Tahun 2022

Surabaya, 14 Juli 2022



**(Benny Kurniawan)**

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan segala nikmat, rahmat, dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa” dengan baik. Adapun maksud dari penelitian ini adalah untuk memenuhi tugas dan melengkapi syarat guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S1) di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dengan segala hormat dan kerendahan hatipada kesempatan kali ini peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, M.M., CMA., CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Diah Sofiah, M.Si., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Amherstia Pasca Rina, M.Psi., Psikolog selaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Dr. Andik Matulesy., M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yangtelah banyak memberikan bimbingan, saran, dan ilmu sehingga penulisan skripsi dapat terselesaikan dengan baik.
6. Suhadianto., S.Psi., M., Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yangtelah banyak memberikan bimbingan, saran, dan ilmu sehingga penulisan skripsi dapat terselesaikan dengan baik.
7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah mendidik dan memberikan banyak ilmu selama menempuh pendidikan S1.
8. Seluruh Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah membantu dalam setiap urusan mata kuliah dan sidang skripsi.
9. Kepada Bapak Wahyu Yuwono dan Ibu Sri Sulastri Dewayani selaku orang tua saya yang sudah membesarkan, merawat, dan mendidik hingga saat ini
10. Kepada kakak saya, Apresia Putri Puspawasri dan Hamdan Rizali yang sudah mensupport peneliti untuk mengerjakan hingga selesai

11. Seluruh rekan TOGOK FAMS yang sudah menjadi keluarga tersendiri bagi penulis dan tempat berkeluh kesah mengenai suka dan duka selama menjalani perkuliahan.
12. Terima kasih kepada teman saya Vivi, Safira, Adelia, Raras, dll yang sudah menemani dan membantu penulis dalam proses ini
13. Terima Kasih kepada teman-teman Psikologi UNTAG Surabaya angkatan 2018,2019,2020 yang sudah mau berkenan untuk mengisi data dari penulis
14. Semua pihak yang telah memberikan semangat, bantuan, dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan artikel ilmiah ini namun tidak dapat disebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan karena segala keterbatasan yang ada. Demi menyempurnakan skripsi ini, peneliti sangat membutuhkan dukungan berupa kritik dan saran yang bersifat membangun.

**Surabaya, 14 Juli 2022**



**(Benny Kurniawan)**

# **HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA**

Benny Kurniawan

Email: [kurniawanbenny404@gmail.com](mailto:kurniawanbenny404@gmail.com)

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

## **ABSTRAK**

Aktivitas komunikasi dengan orang lain merupakan hal yang sering terjadi dalam kehidupan kita sehari-hari. Komunikasi bisa terjadi dimanapun dan kapanpun, contohnya pada saat kondisi formal seperti kuliah atau presentasi di depan kelas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. Desain dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif. Partisipan dalam penelitian ini sebanyak 86 mahasiswa dari fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 angkatan 2018,2019,2020. Menggunakan teknik Accidental Sampling yang berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan. Hasil dalam penelitian ini ditemukan hipotesis adanya hubungan negatif yang signifikan pada efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. Dengan jumlah nilai koefisien sebesar -0,491 dengan signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Saran bagi mahasiswa diharapkan bisa mengendalikan pikiran ke arah positif dan lebih yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya agar dapat mengurangi masalah kecemasan ketika berbicara di depan umum. Untuk peneliti lain disarankan agar menggunakan populasi yang lebih banyak agar mendapatkan hasil yang jauh lebih baik. Bagi orangtua diharapkan mampu melatih anaknya berinteraksi di depan umum agar kemampuan komunikasi pada anak tidak menjadi pasif.

**Kata Kunci:** Efikasi Diri, Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa

***THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICIENCY AND ANXIETY PUBLIC  
SPEAKING IN STUDENTS***

Benny Kurniawan

Email: [kurniawanbenny404@gmail.com](mailto:kurniawanbenny404@gmail.com)

*Faculty of Psychology, University of 17 August 1945 Surabaya*

***ABSTRACT***

Communication with other people is something that often happens in our daily life. Communication can occur anywhere and anytime, for example during formal conditions such as lectures or presentations in front of the class. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and public speaking anxiety in students. The design in this study uses quantitative. The participants in this study were 86 students from the Psychology faculty of the University of 17 August 1945 class 2018, 2019, 2020. Using the Accidental Sampling technique based on predetermined criteria. The results of this study found the hypothesis of a significant negative relationship on self-efficacy with public speaking anxiety in students. With a total coefficient value of -0.491 with a significance of  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Suggestions for students are expected to be able to control their thoughts in a positive direction and be more confident in their abilities in order to reduce anxiety problems when speaking in public. For other researchers, it is recommended to use a larger population in order to get much better results. Parents are expected to be able to train their children to interact in public so that communication skills in children do not become passive.

***Keywords: Self Efficacy, Anxiety Public Speaking In Students***

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPEL LUAR .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN SAMPEL DALAM.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING .....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PERSEMBAHAN DAN MOTTO .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>x</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xviii</b>
<b>BAB I    PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang .....	1
2. Rumusan Masalah .....	4
B. Tujuan dan Manfaat .....	5
1. Tujuan Penelitian .....	5
2. Manfaat Penelitian .....	5
a. Manfaat Teoritis.....	5
b. Manfaat Praktis .....	5
C. Keaslian Penelitian.....	5
<b>BAB II    TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>11</b>
A. Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	11
1. Pengertian Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	11
2. Aspek-Aspek Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	11
3. Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	13
B. Efikasi Diri .....	15
1. Pengertian Efikasi Diri.....	15
2. Aspek-Aspek Efikasi Diri .....	15
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri.....	16
4. Manfaat Efikasi Diri .....	17
C. Kerangka Berpikir .....	18
D. Hipotesis.....	19

<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>21</b>
A.	Populasi dan Sampel .....	21
1.	Populasi.....	21
2.	Sample.....	21
B.	Desain Penelitian .....	23
C.	Instrumen Pengumpul Data .....	24
1.	Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	25
a.	Definisi Operasional Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	25
b.	Pengembangan Alat Ukur .....	25
c.	Uji Alat Ukur .....	27
2.	Efikasi Diri .....	29
a.	Definisi Operasional Efikasi Diri.....	29
b.	Pengembangan Alat Ukur .....	30
C.	Uji Alat Ukur.....	32
D.	Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	35
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>39</b>
A.	Hasil Penelitian.....	39
1.	Pelaksanaan Penelitian .....	39
2.	Hasil Analisis Deskriptif .....	39
B.	Pembahasan .....	42
<b>BAB V</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>45</b>
A.	Kesimpulan.....	45
B.	Saran.....	45
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>47</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>53</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 2 Jumlah Populasi .....	20
Tabel 3 Skala <i>Likert</i> .....	23
Tabel 4 <i>Blueprint</i> Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	25
Tabel 5 Hasil Uji Validitas Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	27
Tabel 6 Putaran Uji Validitas Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	28
Tabel 7 <i>Blueprint</i> Efikasi Diri .....	30
Tabel 8 Hasil Uji Validitas Efikasi Diri .....	32
Tabel 9 Putaran Uji Validitas Efikasi Diri .....	33
Tabel 10 Hasil Uji Normalitas .....	34
Tabel 11 Hasil Uji Linieritas.....	35
Tabel 12 Hasil Korelasi <i>Spearman Rho</i> .....	36
Tabel 13 Jumlah Data Partisipan.....	37
Tabel 14 Korelasi Efikasi Diri terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum ...	38
Tabel 15 Kategorisasi Efikasi Diri .....	39
Tabel 16 Kategorisasi Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa....	39

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir .....	19
----------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Efikasi Diri.....	50
Lampiran 2 Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	52
Lampiran 3 Tabulasi Skoring Efikasi Diri .....	54
Lampiran 4 Output SPSS Efikasi Diri, Putaran 1 .....	56
Lampiran 5 Output SPSS Efikasi Diri, Putaran 2 .....	57
Lampiran 6 Output SPSS Efikasi Diri, Putaran 3 .....	58
Lampiran 7 Aitem Valid Skala Efikasi Diri .....	59
Lampiran 8 Tabulasi Skoring Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	60
Lampiran 9 Output SPSS Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Putaran 1) .....	62
Lampiran 10 Output SPSS Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Putaran 2) .....	64
Lampiran 11 Aitem Valid Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	66
Lampiran 12 Uji Normalitas .....	69
Lampiran 13 Uji Linear.....	69
Lampiran 14 Uji Korelasi Dua Variabel .....	70