

**PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP KECEMASAN
BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA SISWA
DI SMAN 14 LUWU**

Skripsi

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Sosial (S.Sos) pada Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam Fakultas
Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Palopo*



IAIN PALOPO

Oleh:

Ahmad Arsy

16 0104 0009

**PROGRAM STUDI KOMUNIKASI DAN PENYIARAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO
2023**

**PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP KECEMASAN
BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA SISWA
DI SMAN 14 LUWU**

Skripsi

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam Fakultas Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Palopo



IAIN PALOPO

Oleh:

Ahmad Arsy

16.0104.0009

Pembimbing:

1. Dr. Subekti Masri, S.Sos.I., M.Sos.I

2. Andi Batara Indra, S.Pd, M.Pd

**PROGRAM STUDI KOMUNIKASI DAN PENYIARAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO
2023**

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ahmad Arsy
Nim : 16 0104 0009
Fakultas : Komunikasi Dan Penyiaran Islam
Program Studi : Fakultas Ushuluddin, Adab, Dan Dakwah

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa:

1. Skripsi ini benar merupakan hasil karya sendiri, bukan plagiasi atau duplikasi dari karya orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.
2. Seluruh bagian dari skripsi ini adalah karya saya selain kutipan yang ditunjukkan sumbernya. Segala kekeliruan yang ada di dalamnya adalah tanggung jawab saya sediri.

Bilamana dikemudian hari pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi administratif atas perbuatan tersebut dan gelar akademik yang saya peroleh karenanya dibatalkan.

Demikian pernyataan ini di buat untuk dipergunakan sebagai mestinya.

Palopo, 17 Agustus 2023
Yang membuat pernyataan,



Ahmad Arsy
NIM 16 0104 0009

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul "*Pengaruh Efikasi Diri Terhadap kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Siswa Di SMAN 14 Luwu*" yang ditulis oleh Ahmad Arsy NIM 16 0104 0009, Mahasiswa Program Studi Komunikasi Penyiaran Islam Fakultas Ushuluddin Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Palopo yang dimunaqasyahkan pada hari Senin 30 Agustus 2023 M bertepatan dengan 13 Shafar 1445 H telah diperbaiki sesuai catatan dan permintaan tim penguji, dan diterima sebagai syarat meraih gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

Palopo, 6 Oktober 2023

TIM PENGUJI

- | | | |
|---|-------------------|---|
| 1. Dr. Abdain, S.Ag., M.Hl. | Ketua Sidang | () |
| 2. Dr. H. Rukman A.R Said, Lc., M.Th.I. | Sekretaris Sidang | () |
| 3. Wahyuni Husain, S.Sos., M.I.Kom. | Penguji I | () |
| 4. Jumriani, S.Sos., M.I.Kom. | Penguji II | () |
| 5. Dr. Subkti Masri, S.Sos.I., M.Sos.I. | Pembimbing I | () |
| 6. Andi Batara Indra, S.Pd, M.Pd. | Pembimbing II | () |

Mengetahui

a.n Rektor IAIN Palopo
Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan
Dakwah

Ketua Program Studi
Komunikasi dan Penyiaran
Islam



Dr. Abdain, S.Ag., M.Hl
NIP. 19710312 199903 1 002



Jumriani, S.Sos., M.I.Kom
NIP. 19891020 201903 2 011

PRAKATA

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا
مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT.yang telah menganugerahkan rahmat, hidayah serta kekuatan lahir dan batin, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa SMAN 14 Luwu” setelah melalui proses yang panjang.

Selawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW. Kepada para keluarga, sahabat dan pengikut-pengikutnya. Skripsi ini disusun sebagai syarat yang harus diselesaikan, guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo. Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan, bimbingan serta dorongan dari banyak pihak walaupun penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga dengan penuh ketulusan hati dan keikhlasan, kepada:

Teriring doa, semoga amal kebaikan serta keikhlasan pengorbanan mereka mendapat pahala yang setimpal dari Allah swt.dan selalu diberi petunjuk ke jalan yang lurus serta mendapat Ridho-Nya amin.

1. Dr. Abbas Langaji, M.Ag, selaku Rektor IAIN Palopo, beserta Wakil Rektor I, II, dan III IAIN Palopo.

2. Dr. Abdain, S.Ag., M.HI. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Palopo, serta Wakil Dekan I dan II Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Palopo.
3. Jumriani, S.Sos., M.I.Kom. selaku Plt. Ketua Program Studi Komunikasi Penyiaran Islam IAIN Palopo, beserta seluruh staf yang telah membantu, mendidik, membimbing, mengajar dan mencurahkan ilmu-ilmunya kepada penulis.
4. Dr. Subekti Masri, M. Sos.I selaku pembimbing I dan Andi Batara Indra, S.Pd, M.Pd selaku pembimbing II yang telah memberikan arahan dan bimbingan kepada penulis dengan tulus dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Wahyuni Husain, S.Sos., M.I.Kom selaku penguji I dan Jumriani, S.Sos., M.I.Kom Penguji II yang telah memberikan arahan kepada penulis dengan tulus dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Wahyuni Husain, S.Sos., M.I.Kom. selaku Dosen Penasehat Akademik
7. Seluruh Dosen beserta seluruh staf pegawai IAIN Palopo yang telah mendidik penulis selama berada di IAIN Palopo dan memberikan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.
8. Madehang, S.Ag., M.Pd selaku Kepala unit Perpustakaan dan segenap karyawan dan karyawan dalam ruang lingkup IAIN Palopo, yang telah memberikan peluang untuk penulis dalam mengumpulkan literatur yang berkaitan dengan pembahasan skripsi ini.
9. Kepala UPT SMAN 14 Luwu, beserta guru-guru dan staf yang telah

memberikan izin dan bantuan dalam melakukan penelitian.

10. Terkhusus kepada kedua orang tua ku tercinta ayahanda saya S a i r dan Ibunda Nurhana yang telah membesarkan dan mendidik saya dengan penuh cinta dan kasih sayang sejak kecil beserta saudara dan saudari saya dan segala yang telah diberikan kepada saya.

11. Kepada semua teman seperjuangan Komunikasi Penyiaran Islam Angkatan 2016 yang sudah membantu serta senantiasa memberikan saran sehubungan dengan penyusunan skripsi ini.

Teriring doa, semoga amal kebaikan serta keikhlasan pengorbanan mereka mendapat pahala yang setimpal dari Allah swt. dan selalu diberi petunjuk ke jalan yang lurus serta mendapat Ridho-Nya amin.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan karena keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, penulis mengharapkan segala bentuk saran serta masukan bahkan kritik yang membangun dari berbagai pihak. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan semua pihak khususnya dalam bidang Komunikasi dan Penyiaran Islam.

Palopo,
Penulis

2023

Ahmad Arsy

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN DAN SINGKATAN

A. *Transliterasi Arab-Latin*

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya ke dalam huruf Latin dapat dilihat pada tabel berikut:

1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	Ba	B	be
ت	Ta	T	te
ث	s\	s\	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	je
ح	h}a	h}	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	de
ذ	z\al	z\	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	er
ز	Zai	Z	zet
س	Sin	S	es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	s}ad	s}	es (dengan titik di bawah)
ض	d}ad	d}	de (dengan titik di bawah)
ط	t}a	t}	te (dengan titik di bawah)
ظ	z}a	z}	zet (dengan titik di
ع	'ain	'	apostrof terbalik
غ	Gain	G	ge
ف	Fa	F	ef
ق	Qaf	Q	qi
ك	Kaf	K	ka
ل	Lam	L	el
م	Mim	M	em
ن	Nun	N	en
و	Wau	W	we
هـ	Ha	H	ha
ء	hamzah	'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

Hamzah (ء) yang terletak di awal kata mengikuti vokalnya tanpa diberi tanda apa pun. Jika ia terletak ditengah atau di akhir, maka ditulis dengan tanda(´).

2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri atas vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
اَ	<i>fathah</i>	a	a
اِ	<i>kasrah</i>	i	i
اُ	<i>dammah</i>	u	u

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
اَيّ	<i>Fathah dan ya'</i>	ai	a dan i
اَوّ	<i>Fathah dan wau</i>	au	a dan u

Contoh:

كَيْفَ : *kaifa*

هَؤُلَ : *haulā*

3. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Harakat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
اَ... اِ... اُ...	<i>Fathah dan alif atauya'</i>	ā	a dan garis di atas
اَيّ	<i>Kasrah dan ya'</i>	ī	I dangaris di atas
اَوّ	<i>Dammah dan wau</i>	ū	U dan garis di atas

مَاتَ : *mata*
رَمَى : *rama*
قِيلَ : *qila*
يَمُوتُ : *yamutu*

4. *Ta' marbutah*

Transliterasi untuk *ta' marbutah* ada dua, yaitu: *ta' marbutah* yang hidup atau mendapat harakat *fathah*, *kasrah*, dan *dammah*, transliterasinya adalah [t]. Sedangkan *ta' marbutah* yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah [h].

Kalau pada kata yang berakhir dengan *ta' marbutah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka *ta' marbutah* itu ditransliterasikan dengan ha (h).

Contoh:

رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ : *raudhah al-athfal*
الْمَدِينَةُ الْفَاضِلَةُ : *al-madinah al-fadhilah*
الْحِكْمَةُ : *al-hikmah*

5. *Syaddah (Tasydid)*

Syaddah atau *tasydid* yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda *tasydid* (ـَـ), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda *syaddah*.

Contoh:

رَبَّنَا : *rabbana* -
نَجَّيْنَا : *najjaina* -
الْحَقُّ : *al-haqq*
نُعِمْ : *nu'ima*
عَدُوٌّ : *'aduwwun*

Jika huruf *kasrah* (ـِ) ber-*tasydid* diakhir sebuah kata dan didahului oleh huruf *kasrah* (ـِ), maka ia ditransliterasi seperti huruf *maddah* menjadi i.

Contoh:

عَلِيٌّ : 'Ali (bukan 'Aliyy atau 'Aly)
عَرَبِيٌّ : 'Arabi (bukan 'Arabiyy atau 'Araby)

6. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf ال (*alif lam ma'arifah*). Dalam pedoman transliterasi ini, kata sandang ditransliterasi seperti biasa, al-, baik ketika ia diikuti oleh huruf *syamsiyah* maupun huruf *qamariyah*. Kata sandang tidak mengikuti bunyi huruf langsung yang mengikutinya. Kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikutinya dan dihubungkan dengan garis mendatar (-).

Contoh:

الشَّمْسُ : *al-syamsu* (bukan *asy-syamsu*)

الزَّلْزَلَةُ : *al-zalزالah*(*az-zalزالah*)

الفَلْسَفَةُ : *al-falsafah*

الْبِلَادُ : *al-biladu*

7. Hamzah

Aturan transliterasi huruf hamzah menjadi apostrof (') hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan akhir kata. Namun, bila hamzah terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab ia berupa alif.

Contoh:

تَأْمُرُونَ : *ta'muruna*

النَّوْعُ : *al-nau'*

شَيْءٌ : *syai'un*

وَمِرْتٌ : *umirtu*

8. Penulisan Kata Arab yang Lazim Digunakan dalam Bahasa Indonesia

Kata, istilah atau kalimat Arab yang ditransliterasi adalah kata, istilah atau kalimat yang belum dibakukan dalam bahasa Indonesia. Kata, istilah atau kalimat yang sudah lazim dan menjadi bagian dari perbendaharaan bahasa Indonesia, atau sering ditulis dalam tulisan bahasa Indonesia, atau lazim digunakan dalam dunia akademik tertentu, tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi di atas. Misalnya,

kata al-Qur'an(dari *al-Qur'an*), alhamdulillah, dan munaqasyah. Namun, bila kata-kata tersebut menjadi bagian dari satu rangkaian teks Arab, maka harus ditransliterasi secara utuh. Contoh:

Fi Zilal al-Qur'an
Al-Sunnah qabl al-tadwin

9. Lafz al-Jalalah (الله)

Kata “Allah”yang didahului partikel seperti huruf *jarr* dan huruf lainnya atau berkedudukan sebagai *mudaf ilaih* (frasa nominal), ditransliterasi tanpa huruf hamzah.

Contoh:

اللهِ بِاللهِ *billah* _
dinullah

Adapun *ta' marbutah* di akhir kata yang disandarkan kepada *lafz al-jalalah*, ditransliterasi dengan huruf [t]. Contoh:

اللهِ فِي رَحْمَةِ اللهِ *hum fi rahmatillah* _

10. Huruf Kapital

Walau sistem tulisan Arab tidak mengenal huruf kapital (*All Caps*), dalam transliterasinya huruf-huruf tersebut dikenai ketentuan tentang penggunaan huruf kapital berdasarkan pedoman ejaan Bahasa Indonesia yang berlaku (EYD). Huruf kapital, misalnya, digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri (orang, tempat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat. Bila nama diri didahului oleh kata sandang (al-), maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya. Jika terletak pada awal kalimat, maka huruf A dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (Al-). Ketentuan yang sama juga berlaku untuk huruf awal dari judul referensi yang didahului oleh kata sandang al-, baik ketika ia ditulis dalam teks maupun dalam catatan rujukan (CK, DP, CDK, dan DR). Contoh:

Wa maa Muhammadun illaa rasuul

Inna awwala baitin wudi 'a linnaasi lallazii bi Bakkata mubaarakan

Syahru Ramadhaan al-lazii unzila fiih al-Qur' aan

Nashiir al-Diin al-Thuusii

Abuuu Nashr al-Faraabii

Al-Gazaali

Al-Munqiz min al-Dhalaal

Jika nama resmi seseorang menggunakan kata Ibnu (anak dari) dan Abu> (bapak dari) sebagai nama kedua terakhirnya, maka kedua nama terakhir itu harus disebutkan sebagai nama akhir dalam daftar pustaka atau daftar referensi. Contoh:

Abu al-Walid Muhammad ibn Rusyd, ditulismenjadi: Ibnu Rusyd, Abu al-Walid Muhammad (bukan: Rusyd, Abu al-Wali d Muhammad Ibnu)

Nasr Hamid Abu Zaid, ditulismenjadi: Abu Zaid, Nasr Hamid (bukan: Zaid, Nasr Hamid Abu)

Daftar Singkatan

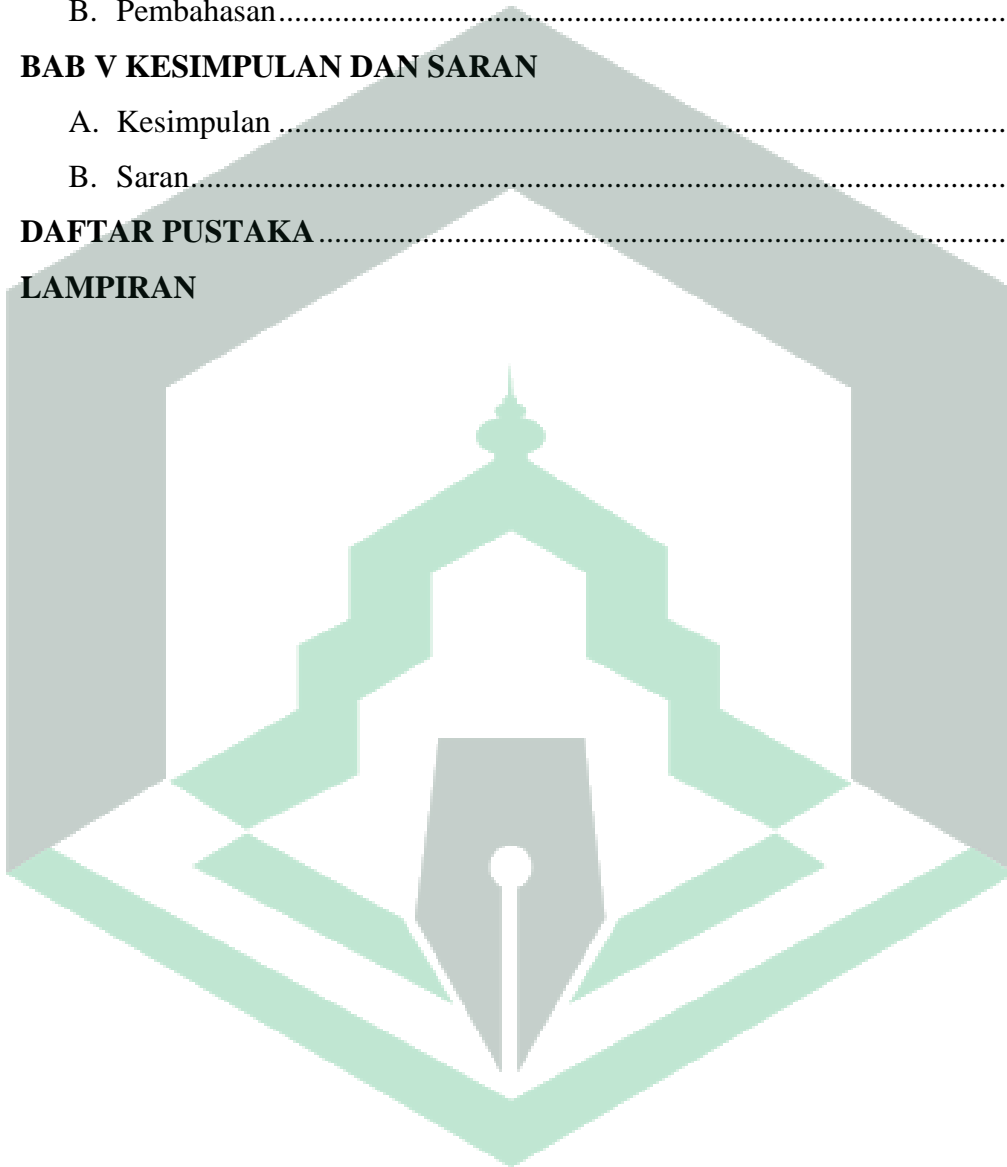
Beberapa singkatan yang dibakukan adalah:

swt.	=	<i>shubhanahu wa ta'ala</i>
saw.	=	<i>shallallahu 'alaihi wa sallam</i>
a.s.	=	<i>'alaihi al-salam</i>
H	=	Hijrah
M	=	Masehi
SM	=	Sebelum Masehi
Wr.	=	<i>Warahmatullaahi</i>
Wb.	=	<i>Wabarakaatuh</i>
l.	=	Lahir tahun (untuk orang yang masih hidup saja)
w.	=	Wafat tahun
QS .../...: 4	=	QS al-Baqarah/2: 4 atau QS Ali 'Imraan/3: 4

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PRAKATA	iii
PEDOMAN TRANSLASI ARAB LATIN DAN SINGKATAN	vi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR AYAT.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR TABEL	xvi
ABSTRAK	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	10
B. Efikasi Diri	15
C. Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	21
D. Kerangka Pikir.....	22
E. Hipotesis Penelitian	22
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	24
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	25
C. Definisi Operasional Variabel	25
D. Populasi dan Sampel.....	26
E. Teknik Pengumpulan Data	29
F. Instrumen Penelitian	31

G. Validitas dan Reliabilitas.....	33
H. Teknik analisis data	35
BAB IV HASIL DAN PENELITIAN	
A. Hasil penelitian.....	39
B. Pembahasan.....	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	56
B. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN	



DAFTAR AYAT

Kutipan Ayat 1 QS. An-Nisa': 293



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pikir.....	22
Gambar 3.1 Desain Penelitian Pengaruh X Terhadap Y.....	25



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Populasi	26
Tabel 3.2 Rincian Sampel Penelitian	29
Tabel 3.3 Alternatif Jawaban dan Skor Angket	30
Tabel 3.4 kisi-kisi Instrumen Angket Efikasi Diri	32
Tabel 3.5 kisi-kisi Instrumen Angket Kecemasan Berbicara di Depan Umum ...	33
Table 3.6 Interpretasi Reliabilitas	35
Tabel 3.7 Kategorisasi Efikasi diri dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum .	37
Tabel 4.1 Hasil Analisis Deskriptif	40
Tabel 4.2 Norma Kategorisasi	41
Tabel 4.3 Kategorisasi Skor Variabel Efikasi Diri	42
Tabel 4.4 Kategorisasi Skor Variabel Kecemasan Berbicara Di Depan Umum ...	43
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas	43
Tabel 4.6 Hasil Uji Linearitas	45
Tabel 4.7 Hasil Uji Regresi Sederhana	45
Tabel 4.8 Analisis Uji T	47
Tabel 4.9 Uji Determinasi	48
Tabel 4.10 Interpretasi Nilai R square	49

ABSTRAK

Ahmad Arsy, 2023. Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Siswa di SMAN 14 Luwu. *Skripsi. Program Studi Komunikasi Dan Penyiaran Islam* (dibimbing oleh Subekti Masri dan Andi Batara Indra)

Skripsi ini membahas tentang pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMAN 14 Luwu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum siswa. Menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *ex-post facto*. Jumlah populasi yaitu 258 siswa kelas X, XI, dan XII dengan teknik pengambilan sampel simple random sampling sebanyak 71 siswa, menggunakan angket. Data kemudian dianalisis dengan statistik deskriptif, analisis regresi sederhana, uji T, dan uji R Square dengan menggunakan SPSS for Windows Versi 22. Berdasarkan hasil penelitian variabel efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum menghasilkan t hitung negatif dengan nilai signifikan $0,000 > 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh negative yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki oleh siswa maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada siswa tersebut, begitupun sebaliknya semakin rendah tingkat efikasi diri yang dimiliki oleh siswa maka semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada siswa tersebut. Selain itu, efikasi diri juga memberikan sumbangan pengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum sebesar 73,8% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dikutsertakan dalam penelitian ini.

Kata Kunci: Efikasi Diri, Kecemasan Berbicara di Depan Umum

BAB I

PENDAHULUAN

A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan bagian integral dalam pembangunan. Produk yang dihasilkan oleh proses pendidikan adalah berupa lulusan yang memiliki kemampuan melaksanakan peranan-peranannya untuk masa yang akan datang.¹ Memberikan sarana optimal bagi pendidikan formal khususnya siswa merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menyiapkan sumber daya yang berkualitas dimasa yang akan datang.

Sekolah merupakan sarana pendidikan formal yang penting untuk mengembangkan kemampuan serta mendapat pengetahuan, keterampilan, kompetensi sosial, pengembangan tubuh dan pikiran serta persiapan untuk kehidupan selanjutnya.² Salah satu jenjang pendidikan formal yang perlu mendapatkan perhatian khusus dalam rangka pengembangan kemampuan ialah Sekolah Menengah Atas (SMA).

Secara khusus pendidikan di jenjang SMA berperan dalam pembentukan, peningkatan skill dan kualitas sumber daya manusia yang nantinya akan terjun di dunia nyata. Salah satu *skill* yang harus dikuasai siswa adalah kemampuan berkomunikasi dengan orang (interpersonal). Ruslia wari mengemukakan bahwa komunikasi dapat terjadi diberbagai situasi, baik situasi formal maupun

¹Mafida Puspadina, Hilal Mahmud, and Nilam Permatasari Munir, "Evaluasi Kompetensi Guru Dalam Mengimplementasikan Kurikulum 2013," *Kelola: Journal of Islamic Education Management* 5, no. 2 (November 16, 2020): 99–110, <https://doi.org/10.24256/kelola.v5i2.1553>.

²Velda Fiska Saputri and Endang Sri Indrawati, "Hubungan Antara Konsep Diri dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Sukoharjo," *Jurnal EMPATI* 6, no. 1 (January 16, 2017): 425–30.

nonformal. Adapun keadaan formal yang ada di sekolah, mempresentasikan tugas di kelas, sedangkan keadaan nonformal seperti, berbincang dan belajar kelompok.³ Adanya kemampuan komunikasi seperti mampu menyampaikan ide, gagasan dan pengetahuan di depan umum serta percaya diri merupakan hal penting yang harus dimiliki siswa. Namun kenyataannya berbeda, banyak siswa yang kurang percaya diri berbicara di depan umum, padahal kepercayaan diri penting bagi siswa.⁴

Hal ini sesuai dengan fakta yang ditemukan oleh calon peneliti pada saat melakukan observasi dan wawancara kepada beberapa siswa di SMAN 14 Luwu. Berdasarkan hasil wawancara awal terhadap tujuh orang siswa SMAN 14 Luwu, ditemukan bahwa peserta didik memiliki permasalahan yang sama. Yakni saat peserta didik diberikan tugas untuk mengerjakan di papan tulis, menjelaskan isi makalah lalu kemudian diberikan pertanyaan, peserta didik yang memiliki kecemasan dalam berkomunikasi biasanya akan mengalami kesulitan tidur pada saat malam sebelum presentase, hilang nafsu makan, gugup, jantung berdebar, kaki dan tangan gemetar, wajah pucat, keringat dingin, dan canggung ketika menyampaikan pendapatnya di depan umum.⁵

Fenomena tersebut sama halnya dengan yang dikemukakan Fitri melalui Magfirah Hidayani yang menyatakan bahwa ciri fisik siswa yang mengalami kecemasan itu secara umum ditandai dengan adanya firasat dan somatik

³Ruslia Wari, "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Unibos Makassar" (Thesis, Universitas Bosowa, 2020), <http://localhost:8080/xmlui/handle/123456789/3489>.

⁴Annisa Anatasya, "Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Siswa Kelas X Tahun 2021 Di SMA NEGERI 3 CIKARANG UTARA," 2022.

⁵Wawancara Awal di SMAN 14 Luwu (26 Mei 2023)

ketegangan seperti: hati dan jantung berdetak kencang, berkeringat, kesulitan bernapas, badannya yang gemetar, rasa panik yang tiba-tiba datang, berbicara terbata-bata serta selalu mengulang kalimat yang sama.⁶ Kondisi seperti ini dapat dikatakan kecemasan berbicara di depan umum sesuai dengan pendapat Devito melalui Wari mengungkapkan bahwa seseorang yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum akan mengarahkan dirinya untuk tidak presentasi, menurunkan frekuensi dan intensitas keterlibatannya dalam interaksi berbicara di muka umum, sehingga dirinya akan menghindari situasi berbicara di muka umum.⁷

Lebih lanjut, Tilton melalui Muhammad Ilham Musyafa mengungkapkan bahwa dalam kenyataan yang ada, terdapat banyak individu yang menyatakan mereka lebih takut untuk berbicara di depan umum dibandingkan dengan ketakutan lainnya seperti kesulitan dalam perekonomian, menderita suatu penyakit bahkan ketakutan terhadap kematian.⁸ Adanya kecemasan komunikasi didasari atas kurangnya keyakinan yang berkaitan dengan kemampuan yang dimiliki serta kurangnya percaya diri berbicara di depan umum. Dalam Al-Qur'an surah Yunus ayat 57 Allah Berfirman:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى

وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

⁶Magfirah Hidayani and Yeni Karneli, "Konseling Kelompok Analisis Transaksional Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara Di Depan Umum," *Eductum: Jurnal Literasi Pendidikan* 1, no. 2 (2022): 281–91.

⁷Wari, "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Unibos Makassar."

⁸Muhammad Ilham Musyafa, "Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Komunikasi Dalam Bersiaran Pada Penyiar Radio Kota Malang" (PhD Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2017).

Terjemahan:

“Wahai manusia! Sungguh, telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi penyakit yang ada dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang yang beriman”.⁹

Berdasarkan kutipan ayat tersebut dijelaskan bahwa Allah telah mendatangkan Al-Qur'an sebagai penyembuh yang ada di dalam dada dan sebagai petunjuk serta rahmat bagi orang yang beriman. Ketika sedang mengalami kecemasan berbicara di depan umum, maka sebaiknya membaca Al-Qur'an terutama yaitu surat Al-Fatihah, karena dapat mengurangi kecemasan dan juga dapat memberikan ketenangan pada jiwa.

Kecemasan berbicara di depan umum berperan penting terhadap kesuksesan siapapun, oleh karena itu diperlukan bagaimana meminimalisir kecemasan berbicara di depan umum agar individu mampu menunjukkan seluruh potensinya. Pada penelitian Utomo mengungkapkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum dipengaruhi dari beberapa faktor di antaranya faktor kematangan emosi dan faktor *self-efficacy* atau efikasi diri.¹⁰ Hal ini sejalan dengan pendapat Alwisol melalui Azza Afirul Akbar menyatakan bahwa keyakinan yang berkaitan dengan kemampuan dan kesanggupan seorang individu untuk mencapai dan menyelesaikan tugas-tugas dengan target hasil dan waktu yang telah ditentukan disebut efikasi diri.¹¹

⁹Kementrian Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya* (Bandung: Cordoba, 2012).

¹⁰H. Utomo, “Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Self-Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa,” *Surabaya: Tesis Tidak Dipublikasikan Universitas Tujuh Belas Agustus*, 2012.

¹¹Azza Afirul Akbar, *Hubungan Antara Hardiness Dan Iklim Sekolah Dengan Disiplin Diri Pada Siswa Smk Penerbangan Aag Adisutjipto Yogyakarta* (Yogyakarta: Universitas Islam Negeri

Feist melalui Wari mengemukakan bahwa ketika individu mengalami kecemasan yang tinggi maka biasanya individu tersebut memiliki efikasi diri yang rendah, sementara individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi merasa mampu dalam mengatasi rintangan dan menganggap ancaman merupakan suatu tantangan sehingga tidak perlu dihindari. Lebih lanjut lagi Lazarus melalui Wari mendefinisikan efikasi diri sebagai kepercayaan atau keyakinan bahwa seseorang dapat berperilaku sesuai kebutuhan untuk menghasilkan sesuatu yang diinginkan.¹²

Siswa yang memiliki *self-efficacy* atau efikasi diri tinggi akan melakukan usaha yang giat, tidak mudah menyerah dan melakukan segala usaha yang maksimal agar berhasil dalam tugasnya serta mempersiapkan diri sebelum melakukan tugas yang diberikan. Usaha-usaha yang dilakukan dalam mempersiapkan tugasnya akan membuat peserta didik lebih yakin dengan kemampuannya. Sehingga ketika peserta didik yakin dengan kemampuannya, maka peserta didik tersebut diharapkan terhindar dari kecemasan.¹³

Lebih lanjut, peserta didik yang memiliki efikasi diri rendah adalah peserta didik yang tidak memiliki keyakinan terhadap kemampuannya saat mengerjakan tugas. Bandura mengatakan bahwa individu yang memiliki efikasi diri rendah akan mudah menyerah, pesimis, menghindari tugas yang sulit dan

Sunan Kalijaga, 2017), http://digilib.uin-suka.ac.id/29140/1/12710046_BAB-I_IV-atau-V_DAFTAR-PUSTAKA.pdf.

¹²Wari, "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Unibos Makassar."

¹³Christa Rahmita Sukmaputri Sumardi, "Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Saat Melakukan Presentasi Di Kelas Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga Angkatan 2016" (PhD Thesis, Program Studi Psikologi FPSI-UKSW, 2017).

lainnya artinya siswa dengan efikasi diri rendah mengerahkan sedikit usahanya, cenderung menghindari tugas, tidak berani menghadapi resiko dan menganggap bahwa situasi seperti tersebut sebuah ancaman, sehingga ketika tampil di depan umum kecemasannya akan tampak.

Bandura mengatakan bahwa individu dengan efikasi diri yang tinggi akan menghubungkan kegagalan dan usaha yang tidak cukup atau kurangnya pengetahuan. Efikasi diri yang tinggi akan mengembangkan kepribadian yang kuat pada diri individu sehingga seseorang tidak mudah terpengaruh pada situasi yang mengancam.¹⁴ Bandura melalui Wari mengatakan bahwa individu dengan efikasi diri yang rendah akan memandang buruknya prestasi sebagai akibat kelemahan kecerdasan otak yang tidak mungkin diperbaiki lagi. Pandangan yang pesimis ini membuat individu dengan efikasi diri rendah akan semakin kehilangan kepercayaan terhadap kapasitas dirinya, hal ini nantinya berakibat pada kesulitan saat menghadapi masalah-masalah yang ada.¹⁵

Efikasi diri merupakan hal yang sangat penting dalam dunia komunikasi, di mana seseorang harus meyakini terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk menghadapi permasalahan permasalahan dalam dunia komunikasi yang erat kaitannya dengan publik, karena dari kemampuan yang dimiliki itulah seseorang dapat dengan tegas menyampaikan apa yang diketahui dan dapat dengan mudah menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.¹⁶

¹⁴Albert Bandura, "Exercise of Personal and Collective Efficacy in Changing Societies," *Self-Efficacy in Changing Societies* 15 (1995): 334.

¹⁵Wari, "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Unibos Makassar."

¹⁶Ramadhan Dicky Kurniawan, "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi

Berbicara di depan umum seperti berpidato, ceramah, dan berdakwah membutuhkan efikasi diri dalam berkomunikasi yang baik. Banyak orang yang berhasil dalam hidupnya karena mampu mengkomunikasikan ide dan gagasannya dengan baik dan mampu berbicara di depan umum. Dan banyak orang yang gagal karena tidak dapat mengkomunikasikan ide dan gagasannya dengan baik di depan umum.

Devito melalui Dian Kasih dan Shanty Sudarji mengungkapkan bahwa individu yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum akan mengerahkan dirinya untuk tidak terlibat dalam presentasi, menghindari interaksi yang melibatkannya berbicara di depan umum, sehingga dirinya terus mengalami ketakutan dan rasa yang tidak menyenangkan.¹⁷

Berbagai fenomena telah dipaparkan terkait efikasi diri dan pengaruhnya terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Pentingnya efikasi diri dimiliki oleh individu khususnya bagi siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) untuk memberikan kesiapan bagi siswa sebelum menghadapi dunia kerja ataupun melanjutkan ke jenjang pendidikan selanjutnya yakni perkuliahan. Penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Uswatun Khasanah pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Malang juga menunjukkan hubungan yang signifikan antara variabel efikasi diri dengan variabel kecemasan berbicara di depan umum.

Tahun Ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang” (PhD Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2022).

¹⁷Dian Kasih and Shanty Sudarji, “Hubungan Self Efficacy Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia,” *Psibernetika* 5, no. 2 (2017).

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, maka peneliti tertarik melakukan sebuah penelitian dengan judul “Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum Siswa SMAN 14 Luwu”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini, apakah ada pengaruh Efikasi diri terhadap kecemasan berbicara didepan umum pada siswa di SMAN 14 Luwu?

C. Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah yang ada, maka tujuan yang hendak dicapai dengan dilakukannya penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh Efikasi diri terhadap kecemasan berbicara didepan umum pada siswa di SMAN 14 Luwu.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian yang hendak dicapai oleh peneliti adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsi bagi kajian di bidang ilmu komunikasi penyiaran Islam mengenai pentingnya efikasi diri untuk kecemasan berbicara pada siswa SMA.

2. Manfaat Praktis

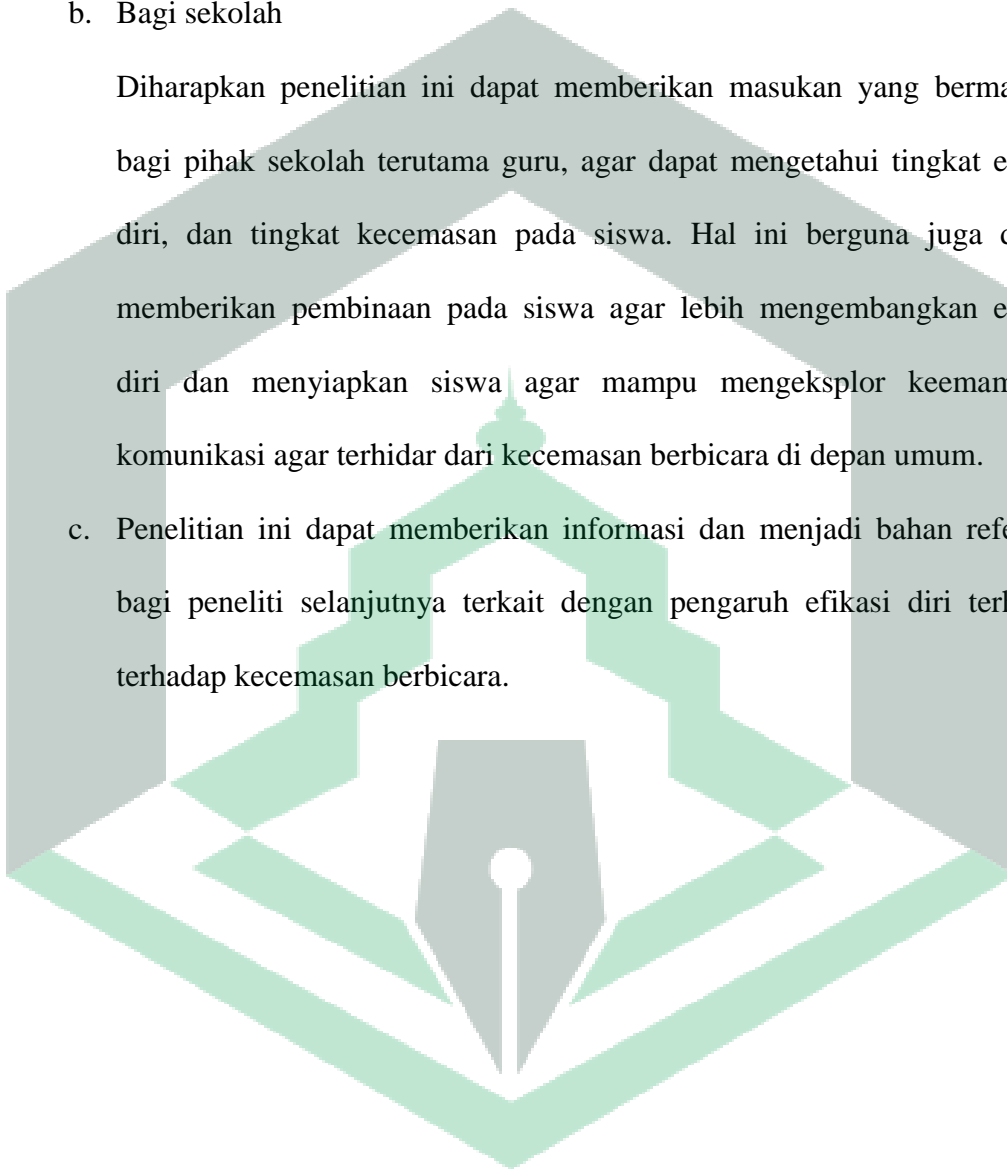
a. Bagi siswa

Penelitian ini dapat memberikan masukan sebagai bahan introspeksi diri bagi siswa agar dapat membuat strategi latihan dan belajar agar efikasi diri lebih meningkat dalam menghadapi tantangan tersulit dalam komunikasi.

b. Bagi sekolah

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan masukan yang bermanfaat bagi pihak sekolah terutama guru, agar dapat mengetahui tingkat efikasi diri, dan tingkat kecemasan pada siswa. Hal ini berguna juga dalam memberikan pembinaan pada siswa agar lebih mengembangkan efikasi diri dan menyiapkan siswa agar mampu mengeksplor kemampuan komunikasi agar terhindar dari kecemasan berbicara di depan umum.

c. Penelitian ini dapat memberikan informasi dan menjadi bahan referensi bagi peneliti selanjutnya terkait dengan pengaruh efikasi diri terhadap terhadap kecemasan berbicara.



BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kecemasan Berbicara di Depan Umum

1. Pengertian Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Kecemasan dalam Kamus Lengkap Psikologi Kartono melalui Agus Riyadi adalah perasaan campuran berisi ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut, rasa takut atau kekhawatiran kronis, kekhawatiran atau ketakutan yang kuat dan meluap-luap, selain itu juga dapat diartikan sebagai satu dorongan skunder mencakup suatu reaksi penginderaan dan pengajaran.¹⁸

Rezza Eka Saputra mengungkapkan kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan, kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut, yang kadang-kadang kita alami dalam tingkat yang berbeda-beda.¹⁹ Sejalan dengan pendapat Davidson, Neale dan Kring melalui Hayuni Arsy kecemasan adalah perasaan takut yang tidak menyenangkan yang disertai dengan meningkatkan keterangsangan fisiologis.²⁰ Moreale dkk melalui Susanti dan Supriyantini menyebutkan penyebab munculnya kecemasan adalah merasakan adanya

¹⁸Agus Riyadi, "Zikir Dalam Al-Quran Sebagai Terapi Psikoneurotik (Analisis Terhadap Fungsi Bimbingan Dan Konseling Islam)," *KONSELING RELIGI: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 4, no. 1 (2013): 41.

¹⁹Rezza Eka Saputra, "Hubungan Antara Berpikir Positif Dengan Kecemasan Pada Pelamar Kerja Saat Melakukan Tes Wawancara Kerja Di BKK SMK 11 MARET Kab. Bekasi" (PhD Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2022).

²⁰Hayuni Arsy, "Hubungan Berpikir Positif Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Individu Fakultas Psikologi UIN Suska Riau" (PhD Thesis, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2011).

ancaman terhadap *self-esteem*, modeling, yang salah, harapan yang tidak realistis dan faktor negatif serta kepribadian terhadap situasi presentase.²¹ Hawari melalui Eko Wahyu Nurdiansyah kecemasan adalah gangguan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas, kepribadian masih tetap utuh, perilaku dapat terganggu namun masih dalam batas-batas normal.²² Menurut Gufron dan Risnawita melalui Heru kecemasan merupakan suatu pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai ketegangan atau kekhawatiran berupa perasaan cemas, tegang dan emosi yang dialami seseorang.²³

Berdasarkan kutipan di atas maka kecemasan merupakan gangguan yang mengakibatkan khawatir, dan ketakutan sehingga membuat perasaan tidak nyaman.

2. Aspek-aspek Kecemasan Berbicara Di Depan Umum

Rogers melalui Dewi menyatakan bahwa gejala-gejala dalam berbicara di depan umum dapat dibagi menjadi tiga aspek, yaitu aspek fisik aspek proses mental, dan aspek emosional.²⁴ Berikut ini gambaran gejala-gejala fisik yang dialami oleh siswa.

²¹Reni Susanti and Sri Supriyantini, "Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Berbicara Di Muka Umum Pada Individu," *Jurnal Psikologi* 9, no. 2 (2013): 119–29.

²²Eko Wahyu Nurdiansyah and Miftakhul Jannah, "Perbedaan Kecemasan Atlet Laki-Laki Dan Perempuan Pada Individu Unit Kegiatan Individu Universitas Negeri Surabaya," *Character: Jurnal Penelitian Psikologi* 8, no. 9 (2021): 60–65.

²³Heru Marianti, "Level of Anxiety of Final Semester Students in Completing Thesis for BK Students at PGRI University, West Sumatra," *EDUCTUM: Journal Research* 2, no. 1 (2023): 09–13.

²⁴Dewi, "Kecemasan Individu Dalam Praktik Public Speaking (Studi Kasus Individu Manajemen Pemasaran Industri Elektronika Angkatan 2021)."

a. Gejala fisik

Gejala fisik bisa dirasakan oleh individu sebelum berbicara di depan umum. Banyak individu yang merasakan gejala fisik ini, di antaranya yaitu keringat dingin, muka pucat, degup jantung yang semakin cepat, lutut gemetar, mata berair, kram perut, kepala pusing, otot tegang, bahkan ada individu yang merasakan suaranya terasa ikut bergetar.

b. Gejala mental

Gejala proses mental umumnya terjadi selama individu tampil dan berbicara di depan umum. Sebagian individu melupakan poin-poin penting yang seharusnya disampaikan kepada audiens. Banyak individu menyatakan kesulitan untuk mengingat data dan fakta secara tepat serta beberapa individu sering mengulang-ulang kata atau kalimat yang sama.

c. Gejala emosional biasanya menyertai atau mengawali gejala proses fisik dan mental, seperti rasa malu dan rasa tidak berdaya, rasa takut dan panik bahkan sebelum berbicara di depan umum, serta individu merasa kehilangan kendali ketika berbicara di depan umum.

Kemudian menurut Bodie melalui Kurniawan memaparkan bahwa aspek dalam kecemasan berbicara di depan umum ada tiga yaitu:²⁵

a. Aspek Kognitif

Merupakan respon kognitif atau pikiran pada individu dari ketakutan atau kecemasan yang terdiri dari evaluasi yang negative serta keyakinan yang tidak

²⁵Kurniawan, "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi Tahun Ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang."

logis yang nantinya akan mempengaruhi individu dalam kemampuan berpikir jernih, mengatasi tuntutan lingkungan atau memecahkan suatu masalah.

b. Aspek Fisiologis

Aspek fisiologis yaitu respon yang dialami individu ketika merespon adanya kecemasan seperti jantung berdegup lebih cepat, tekanan darah meningkat, dan berkeringat.

c. Aspek Perilaku

Mengacu pada perilaku yang menghindar pada individu ketika merespon adanya kecemasan, seperti tangan gemetar, gugup atau berbicara secara cepat.

3. Faktor-Faktor Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Kecemasan berbicara di depan umum disebabkan oleh beberapa faktor, dan menurut Utomo melalui Marlon Landu Jawa dalam penelitiannya, kecemasan berbicara di depan umum dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu:²⁶

a. Faktor Kematangan Emosi

Faktor kematangan emosi ditandai dengan tidak meledakkan emosi di hadapan orang lain, penilaian situasi kritis dan memiliki emosi yang stabil. Kematangan emosi membantu individu dalam mengendalikan pola sikap dan perilaku yang akan memicu individu untuk membuat suatu tindakan yang didasari oleh dorongan emosi dalam pembuatan keputusan dengan mempertimbangkan dampak dari emosi tersebut. Kecemasan berbicara di depan umum yang timbul dalam diri individu dapat diatasi dengan baik dengan kematangan emosi yang stabil sehingga membantu individu dalam

²⁶Marlon Landu Jawa, "Self-Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Etnis Sumba" (PhD Thesis, 2021).

mengendalikan pola sikap dan perilaku sebagai respon dari kecemasan berbicara di depan umum.

b. Faktor Efikasi Diri

Faktor efikasi diri, ditandai dengan adanya keyakinan diri dalam menghadapi situasi yang tidak menentu, keyakinan mencapai target, menumbuhkan motivasi dalam mengatasi tantangan yang muncul. Efikasi diri yang dimiliki individu dalam melaksanakan tugas tugas akademik terkait dengan berbicara di depan umum membuat individu tidak merasa cemas. Hal ini karena kecemasan berbicara di depan umum yang ada ditekan dengan adanya keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki individu dalam mengatasi tantangan kecemasan yang ada. Keyakinan ini akan mengarahkan kepada pemilihan tindakan, pengerahan usaha, serta keuletan individu. Keyakinan yang didasari oleh batas batas kemampuan yang dirasakan akan menuntun seseorang untuk berperilaku secara mantap dan efektif.

Adapun menurut Burgoon dan Ruffner, Goes melalui Nabu menyebutkan faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan berbicara di depan umum yaitu:²⁷

a. Pengalaman individu

Kurangnya pengalaman atau adanya pengalaman yang tidak dirasakan individu. Hal ini mengakibatkan individu cenderung mempunyai pikiran dan perasaan yang negatif terhadap dirinya kemudian menghindari untuk berbicara di depan umum.

²⁷Johanes Fiadani Nabu, "Hubungan Perhatian Orang Tua Dan Penyesuaian Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru" (PhD Thesis, Universitas Medan Area, 2021).

Individu menyakini bahwa kejadian yang buruk akan terjadi meskipun pada kenyataannya tidak semua pikirannya akan menjadi kenyataan. Selain itu menurut Gufron dan Rrisnawita menjelaskan ditinjau dari teori psikologianalisis kecemasan dapat disebabkan oleh adanya tekanan buruk perilaku masa lalu serta adanya gangguan mental.

b. Citra Diri Individu

Keyakinan atau kepercayaan diri seseorang sangat berpengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Keyakinan yang muncul dalam bentuk rasa takut atau cemas menandakan adanya ketegangan yang sangat besar dalam dirinya. Inilah yang menyebabkan tersumbatnya memori atau kemampuan untuk mengingat, keringat dingin dan jantung berdebar.

c. Perspektif Negatif

Menurut Gufron dan Risnawati ditinjau dari teori kognitif, kecemasan terjadi karena adanya evaluasi diri yang negatif. Perasaan negatif tentang kemampuan yang dimiliki dan orientasi diri yang negatif. Individu merasa dirinya tidak mampu untuk melakukan sesuatu hal sehingga menimbulkan perasaan cemas dalam dirinya. Individu mempersepsikan situasi disekitarnya tidak mendukung. Dengan situasi tersebut, individu menilai dirinya tidak mampu.

B. Efikasi Diri

1. Pengertian Efikasi Diri

Efikasi diri (*self-efficacy*) pertama kali diperkenalkan oleh Bandura. Efikasi diri merupakan masalah kemampuan yang dirasakan individu untuk

mengatasi situasi khusus sehubungan dengan penilaian atas kemampuan untuk melakukan satu tindakan yang ada hubungannya dengan tugas khusus atau situasi tertentu. Efikasi diri adalah penilaian individu terhadap keyakinan diri akan kemampuannya dalam menjalankan tugas sehingga memperoleh hasil sesuai dengan yang diharapkan.²⁸

Menurut Albert Bandura melalui Kurniawan, efikasi diri atau self efficacy adalah perasaan terhadap kemampuan seseorang untuk mengerjakan suatu tugas, efikasi diri adalah percaya terhadap kompetensi diri sendiri dan efektivitas sebagai hasil dari pemberian gratifikasi, dengan kata lain efikasi diri merupakan keyakinan pada individu tentang kemampuan yang dimilikinya dalam mengerjakan suatu tugas di mana kemampuan tersebut dilatih, digerakkan oleh kejadian-kejadian yang berpengaruh dalam hidup seseorang.²⁹

Alwisol melalui Mirna Herawati dan Indra Suyahya, menyatakan bahwa efikasi diri sebagai persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu, efikasi diri berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan. Efikasi diri menurut Alwisol dapat diperoleh, diubah, ditingkatkan atau diturunkan, melalui salah satu atau kombinasi empat sumber, yakni pengalaman menguasai sesuatu prestasi (*performance accomplishment*), pengalaman vikarius (*vicarious*

²⁸Fernando Stefanus Lodjo, "Pengaruh Pelatihan, Pemberdayaan Dan Efikasi Diri Terhadap Kepuasan Kerja," *Jurnal EMBA : Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi* 1, no. 3 (June 1, 2013), <https://doi.org/10.35794/emba.1.3.2013.1882>.

²⁹Kurniawan, "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi Tahun Ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang."

experiences), persuasi sosial (*social persuasion*) dan pembangkitan emosi (*emotional/ physiological states*).³⁰

Kemudian Baron dan Byrne melalui kurniawan mengartikan efikasi diri sebagai evaluasi dari individu mengenai kemampuan atau sebuah kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai sebuah tujuan dan mengatasi sebuah hambatan yang dialami. Menurut Nuzulia, pada dasarnya efikasi diri adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan.³¹

Berdasarkan beberapa pendapat mengenai efikasi diri, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah keyakinan pada individu terhadap kemampuan yang dimiliki untuk menghasilkan sesuatu yang diharapkan baik dalam penyelesaian masalah, mengkoordinir permasalahan yang dialami, mengatasi kecemasan, dan juga penyelesaian tugas yang dikerjakannya.

2. Aspek-Aspek Efikasi Diri

Aspek Efikasi diri terbagi menjadi tiga bagian dimana bagian menurut Bandura, yang diantaranya yaitu:³²

³⁰Mirna Herawati and Indra Suyahya, "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Peserta Didik SMK Islam Ruhama," in *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan KALUNI*, vol. 2, 2019, 646–55.

³¹Kurniawan, "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi Tahun Ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang."

³²Albert Bandura, William H. Freeman, and Richard Lightsey, "Self-Efficacy: The Exercise of Control" (Springer, 1999).

a. *Level* (Tingkatan)

Aspek ini berkaitan dengan keyakinan seseorang dalam menyelesaikan tingkat kesulitan tugas yang dihadapi. Jika individu dihadapkan pada masalah atau tugas tugas yang disusun menurut tingkat kesulitan tertentu maka efikasi diri akan jatuh pada tugas tugas yang mudah, sedang hingga sulit sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan bagi masing masing tingkatannya tersebut. Aspek kesulitan memiliki implikasi terhadap pemilihan tingkah laku yang dicoba atau yang akan dihindari. Individu akan mencoba tingkah laku yang dirasa mampu untuk dilakukan dan akan menghindari tingkah laku yang dirasa berada di luar batas kemampuannya.

b. *Generality* (Keadaan Umum)

Aspek ini berkaitan dengan keyakinan seseorang atas kemampuannya dalam melaksanakan tugas di berbagai aktivitas. Beberapa individu memiliki keyakinan yang terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu dan beberapa menyebar pada serangkaian aktivitas dan situasi yang bervariasi.

c. *Strength* (Kekuatan)

Aspek ini berkaitan dengan tingkat kekuatan atau kelemahan keyakinan individu tentang kemampuan yang dimilikinya. Individu dengan efikasi diri kuat mengenai kemampuannya cenderung pantang menyerah dan ulet dalam meningkatkan usahanya walaupun menghadapi sebuah rintangan. Sebaliknya individu dengan efikasi diri yang rendah cenderung untuk mudah terguncang oleh hambatan kecil dalam menyelesaikan tugasnya.

Kemudian, Corsini mengemukakan bahwa efikasi diri meliputi beberapa aspek, yaitu:³³

a. Kognitif

Yaitu sebuah kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam memikirkan sebuah cara untuk digunakan serta merancang apa yang akan dilakukan dengan memiliki sebuah tujuan yang ingin dicapai.

b. Motivasi

Yaitu sebuah keyakinan yang dimiliki oleh individu untuk memberi dorongan pada dirinya melalui pikiran agar dapat membuat keputusan serta melakukan suatu tindakan dengan maksud mencapai sebuah tujuan.

c. Afektif

Efikasi diri pada individu dapat mempengaruhi emosional dan sifat pada individu tersebut, sehingga terdapat aspek afektif dalam efikasi diri.

d. Seleksi

Seleksi merupakan sebuah kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk memilih lingkungan dan tingkah laku yang tepat dengan maksud ingin mencapai tujuan yang diharapkan.

3. Faktor-faktor Efikasi Diri

Bandura menyatakan bahwa individu yang memiliki efikasi diri rendah akan merasa mudah menyerah, pesimis, menghindari tugas yang sulit dan lainnya.

Adapun lima faktor yang menjadi pengaruh dari efikasi diri, yaitu

a. Nilai kebudayaan

³³Raymond J. Corsini and Bonnie Davis Ozaki, *Encyclopedia of Psychology*, vol. 1 (Wiley New York, 1994).

Nilai-nilai yang ada pada budaya juga menjadi penentu nilai yang ada pada efikasi diri. Di mana efikasi diri yang dimaksudkan adalah kepercayaan hingga proses pengendalian diri yang nantinya dapat memiliki pengaruh yang signifikan pada efikasi diri, konsekuensi dan juga keyakinan.

b. Usia

Efikasi diri terbentuk melalui proses belajar sosial yang dapat berlangsung selama masa kehidupan. Individu yang lebih tua cenderung memiliki rentang waktu dan pengalaman yang lebih banyak dalam mengatasi suatu hal yang terjadi dibandingkan dengan individu yang lebih muda.

c. Sifat tugas yang ada

Setiap tugas yang diterima oleh individu memiliki tingkat kesusahannya masing-masing. Sifat inilah yang akan mempengaruhi penilaian seseorang terhadap kompetensi yang ia miliki, semakin tinggi tingkat kesulitannya maka semakin rendah juga tingkat penilaian seseorang terhadap kompetensi yang ia miliki.

d. Jenis Kelamin

Efikasi diri yang ada pada setiap jenis kelamin pun berbeda. Menurut Bandura efikasi diri pada wanita cenderung sangat tinggi dan atas peran wanita. Orang tua seringkali memiliki pandang yang berbeda terhadap kemampuan laki laki dan perempuan. Terdapat perbedaan pada perkembangan kemampuan dan kompetensi laki laki dan perempuan. Ketika laki laki berusaha untuk sangat membanggakan dirinya, perempuan seringkali meremehkan kemampuan mereka. Hal ini berasal dari pandangan orang tua terhadap anaknya, di mana

orang tua menganggap bahwa perempuan lebih sulit untuk mengikuti pelajaran dibandingkan laki laki, walaupun prestasi mereka tidak terlalu berbeda. Semakin seorang perempuan menerima perlakuan *stereotype* gender ini, maka semakin rendah penilaian mereka terhadap kemampuan dirinya.

e. Peran yang dimiliki

Derajat sosial yang dimiliki oleh seseorang juga menjadi nilai penentu pada efikasi diri. Derajat sosial yang tinggi akan membuat nilai efikasi seseorang meningkat diikuti nilai percaya diri, sebaliknya. Derajat yang rendah akan membuat seseorang memiliki nilai efikasi yang rendah juga.

f. Pengetahuan diri

Informasi yang masuk kedalam diri akan mempengaruhi nilai efikasi. Seseorang yang mendengar hal baik akan dirinya sendiri secara tidak langsung akan menstimulasi nilai efikasi yang mereka miliki, sebaliknya, jika mereka mendengar hal yang negative mengenai diri mereka akan membuat efikasi diri mereka menjadi rendah.

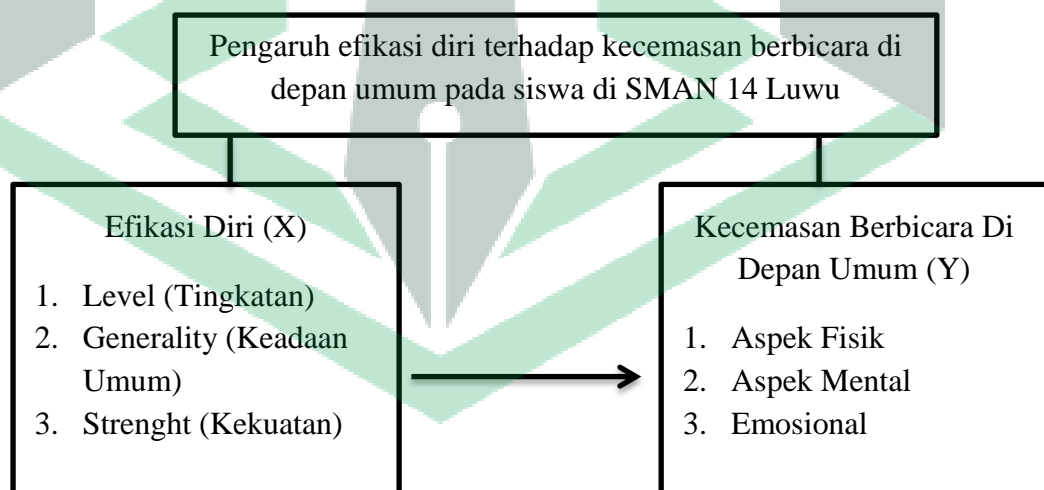
C. Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Dalam teori sosial kognitif, rendahnya efikasi diri akan menyebabkan meningkatnya kecemasan dan perilaku menghindar.³⁴ Penelitian yang dilakukan oleh Gaiban dan Elmenfi menunjukkan bahwa responden yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum mengalami perasaan tegang, gemetar, takut, jantung berdetak kencang, badan kaku, bingung, gugup dan membuat kesalahan

³⁴I. Made Rustika, "Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura," *Buletin Psikologi* 20, no. 1-2 (2012): 18-25.

saat menyampaikan materi.³⁵ Penelitian Warren juga menemukan bahwa efikasi diri dapat mempengaruhi untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan umum pada individu. Efikasi diri yang tinggi dapat memberikan motivasi pada masing-masing individu sehingga mereka merasa percaya diri untuk berbicara di depan umum serta kondisi ini menyebabkan individu tersebut mampu untuk menguasai para audiens saat berbicara di depan umum. Keadaan kecemasan berbicara di depan umum merupakan hal yang sangat wajar karena dengan adanya kekhawatiran maka seseorang dapat mengontrol diri mereka agar tidak terlalu sombong terhadap apa yang telah mereka miliki, tapi kekhawatiran ini menjadi tidak wajar ketika seseorang menjadi khawatir yang berlebihan seperti mengeluarkan keringat dingin atau tiba-tiba merasa tidak mampu untuk melakukan sesuatu, jantung berdetak dengan kencang, gugup dan sebagainya.³⁶

D. Kerangka Pikir



Gambar 2.1 Kerangka Pikir

³⁵Ahmed Gaibani and Fadil Elmenfi, "The Role of Gender in Influencing Public Speaking Anxiety," *British Journal of English Linguistics* 2, no. 3 (2014): 7–13.

³⁶Jami Leigh Warren, *The Relationship between Service Learning and Public Speaking Self-Efficacy: Toward Engaging Today's Undergraduates* (University of Kentucky, 2011).

B. Hipotesis Penelitian

Sebelum merumuskan hipotesis, terlebih dahulu kita harus tahu apa pengertian dari hipotesis. Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah yang telah dirumuskan peneliti. Di mana rumusan masalah tersebut telah dirumuskan dalam bentuk pertanyaan.³⁷

Hipotesis dikatakan sebagai jawaban sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan belum didasarkan pada pengumpulan data yang sesuai dengan fakta-fakta empiris. Untuk mencapai tujuan dari penelitian ini, maka penulis akan mencoba membuat hipotesis awal dengan data sebagai berikut:

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya pengaruh yang negatif antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum yang berarti semakin tinggi efikasi diri pada siswa maka kecemasan berbicara di depan umum semakin rendah, begitu pula sebaliknya, semakin rendah efikasi diri pada siswa maka kecemasan berbicara di depan umum semakin tinggi.

³⁷Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, 23rd ed. (Bandung: Alfabeta, 2016).

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

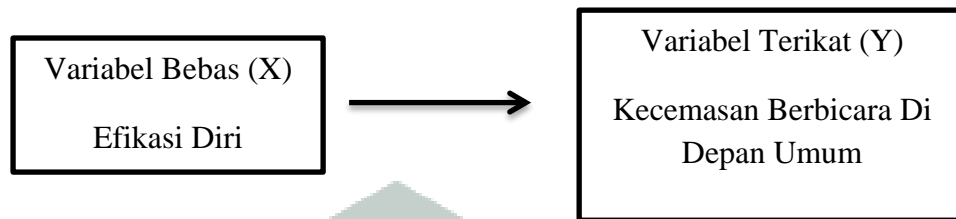
Jenis penelitian ini penelitian lapangan dengan pendekatan kuantitatif bersifat *ex-post facto*. Kerlinger melalui sukardi mendefinisikan, penelitian *ex-post facto* merupakan penelitian di mana variable-variabel bebas telah terjadi ketika peneliti mulai dengan pengamatan variable terikat dalam suatu penelitian.³⁸ Disebut penelitian *ex-post facto* karena fakta yang dikumpulkan sudah ada sebelumnya dan menggunakan analisis regresi linear sederhana karena akan diselidiki keterkaitan pengaruh antara variabel dependen dan independent .

Variabel yang dimaksud pada penelitian ini adalah variabel efikasi diri yang disimbolkan dengan X dan variabel kecemasan berbicara didepan umum disimbolkan dengan Y. keterkaitan hubungan antara kedua variabel. Agar memperoleh hasil penelitian yang terarah, maka penelitian ini direncanakan melalui empat tahap yaitu:

1. Tahap persiapan; Tahap persiapan yang dimaksudkan ialah tahap penyusunan proposal dan pembuatan instrumen yang dibutuhkan.
2. Tahap pengumpulan data
3. Tahap pengolahan dan analisis data.
4. Selanjutnya, hasil penelitian dideskripsikan dalam bentuk laporan penelitian.

³⁸Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi Dan Prakteknya*, XII (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), h. 165.

Adapun desain penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 3.1 Desain Penelitian Pengaruh X Terhadap Y

Rancangan di atas menggambarkan bahwa akan diselidiki pengaruh efikasi diri (X) terhadap variabel Kecemasan Berbicara Di Depan Umum (Y).

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi Penelitian ini yakni SMAN 14 Luwu yang terletak di Desa Bonelemo Kec. Bajo Barat Kab. Luwu. Adapun Waktu Penelitian yakni terhitung sejak observasi awal pada bulan Mei hingga Agustus 2023 pada saat dimulainya tahun akademik 2023/2024 yang menjadi tahun akademik penelitian, hingga perencanaan pengambilan data awal wawancara serta pengumpulan data angket pada bulan Juli 2023.

C. Definisi Operasional Variabel

Kesalahpahaman tentang pengertian judul dalam penelitian sering terjadi. Maka untuk menghindari terjadinya hal tersebut diperlukan adanya penjelasan terperinci tentang judul “Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa SMAN 14 Luwu“. Berikut definisi operasional dari variabel yang terdapat dalam penelitian ini:

1. Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan tingkatan keyakinan yang dimiliki oleh individu akan kemampuan yang dimilikinya dalam menghadapi berbagai tugas atau masalah.

2. Kecemasan berbicara di depan umum

Kecemasan berbicara di depan umum adalah dikatakan ketika individu mengalami rasa was was, khawatir, ketegangan dan tanda tanda cemas lainnya

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Penentuan jumlah populasi dalam suatu penelitian merupakan salah satu langkah yang penting, karena di dalam populasi diharapkan akan diperoleh sejumlah data yang berguna bagi pemecahan masalah. Populasi menjadi sumber asal sampel diambil. Lebih lanjut, Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kuantitas atau karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.³⁹

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 14 Luwu, Kec. Bajo Barat Kab. Luwu, Sulawesi Selatan, Indonesia, Yang Jumlah siswa Keseluruhannya adalah 258 orang.⁴⁰

Tabel 3.1 Jumlah Populasi⁴¹

No	Nama Rombel	Tingkat Kelas	Jumlah Siswa
1	XII MIPA 1	12	26
2	XII MIPA 2	12	27
3	XII MIPA 3	12	27
4	XI MIPA 1	11	33
5	XI MIPA 2	11	32
6	XI MIPA 3	11	32
7	X MIPA 1	10	27
8	X MIPA 2	10	27
9	X MIPA 3	10	27
Jumlah			258

Sumber: Staff Tata Usaha SMAN 14 Luwu

³⁹Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2012), h 61.

⁴⁰Data Sekolah, Observasi Peneliti pada tanggal 13 mei 2023 di SMAN 14 Luwu

⁴¹Observasi Awal Peneliti tanggal 13 mei 2023 di SMAN 14 Luwu

2. Sampel

Sampel adalah jumlah anggota yang dipilih atau diambil dari suatu populasi.⁴² Pemahaman di atas dapat disimpulkan bahwa sampel adalah bagian dari populasi yang memiliki ciri tertentu dan diambil sebagai sumber data. Penentuan sampel siswa dilakukan dengan teknik sampling total. Teknik sampling total dimaksudkan bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Sedangkan pengambilan sampel siswa digunakan sampling purposive yang dimaksudkan penentuan sampelnya didasarkan pada pertimbangan tertentu serta siswa yang akan dijadikan subjek penelitian menggunakan teknik random. Teknik random dimaksudkan untuk tidak membedakan sampel yang diambil berdasarkan karakteristik tertentu.⁴³

Untuk menentukan berapa besar sampel yang harus digunakan, perlu berpedoman pada teknik penentuan besarnya sampel. Adapun teknik pengambilan sampel acak yang digunakan merujuk pada rumus Slovin ditentukan jumlah sampel sebanyak 258 siswa melalui rumus berikut:

$$n = \frac{N}{N \cdot d^2 + 1}$$

Keterangan:

n : Jumlah sampel

N : Jumlah populasi

d² : Prediksi yang ditetapkan.⁴⁴

Selanjutnya ditentukan jumlah masing-masing sampel menurut tingkatan kelas secara *proporsional random sampling* dengan rumus berikut:

⁴²Muhammad Arif Tiro, *Statistik Deskriptif Bebas* (Makassar: Andika Publisher, n.d.), h. 5.

⁴³Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, Cet. XIV (Bandung: Alfabeta, 2014), h. 124.

⁴⁴*Ibid.*, h.44.

$$n_i = \frac{N_i}{N} \cdot n$$

Keterangan:

- n_i : Jumlah sampel menurut stratum
- n : Jumlah sampel seluruhnya
- N_i : Jumlah populasi menurut stratum
- N : Jumlah populasi seluruhnya.⁴⁵

Diketahui jumlah populasi siswa SMA sebesar $N = 258$ orang dan tingkat presisi yang ditetapkan sebesar $= 10\%$. Sehingga jumlah sampelnya adalah:

$$\begin{aligned} n &= \frac{N}{N \cdot d^2 + 1} \\ &= \frac{252}{258 \cdot 0,10^2 + 1} \\ &= \frac{258}{3,58} \end{aligned}$$

$n \approx 71,067$ dibulatkan menjadi 71 siswa/i

Jadi sampel penelitian adalah sebanyak 71 siswa/i yang tersebar di enam kelas parallel yakni XII MIPA 1, XII MIPA 2, XII MIPA 3, XI MIPA 1, XI MIPA 2, XI MIPA 3, X MIPA 1, X MIPA 2, dan X MIPA 3. Jumlah anggota sampel bertingkat (berstrata) dilakukan dengan cara pengambilan sampel secara proportional random sampling yaitu menggunakan rumus alokasi proportional Yakni:

$$n_i = \frac{n_i}{N} \cdot n^{46}$$

⁴⁵ *Ibid.*, h.45

⁴⁶ Boedimo, *Teori Dan Aplikasi Statistik dan Probabilitas* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2001), h. 369-370.

Sehingga berdasarkan rumus tersebut, maka diperoleh sampel setiap kelas adalah :

Tabel 3.2 Rincian Sampel Penelitian

No	Nama sekolah	Jumlah siswa
1	XII IPA 1	$\frac{26}{258} \times 71 = 7$
2	XII IPA 2	$\frac{27}{258} \times 71 = 8$
3	XII IPA 3	$\frac{27}{258} \times 71 = 8$
4	XI IPA 1	$\frac{33}{258} \times 71 = 9$
5	XI IPA 2	$\frac{32}{258} \times 71 = 9$
6	XI IPA 3	$\frac{32}{258} \times 71 = 9$
7	X IPA 1	$\frac{27}{258} \times 71 = 7$
8	X IPA 2	$\frac{27}{258} \times 71 = 7$
9	X IPA 3	$\frac{27}{258} \times 71 = 7$
JUMLAH		71

Sumber: Diolah dari data observasi di SMAN 14 Luwu

E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan data di lapangan, peneliti menggunakan beberapa teknik pengumpulan data sebagai berikut:

1. Angket

Peneliti menggunakan lembar angket tertutup yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih. Sebelum menyusun instrumen, terlebih dahulu peneliti menyusun kisi-kisi untuk mempermudah pembuatan butir-butir instrumen dalam angket.

Angket Efikasi diri dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum disusun dalam bentuk skala likert. Setiap butir pernyataan mengandung masing-masing empat alternatif respon yang diberikan bobot antara 1 sampai 4. Skala pengukuran disepakati sebagai acuan yang digunakan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut apabila digunakan dapat menghasilkan data berupa kuantitatif.

Dengan skala *Likert*, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel, kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk penyusunan item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan. Jawaban setiap instrumen yang menggunakan skala *Likert* mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif, yang dapat berupa kata-kata. Untuk keperluan analisis maka skor setiap alternative jawaban yang diberikan responden pada pernyataan positif (+) dan pernyataan negatif (-) adalah sebagai berikut:

Tabel 3.3 Alternatif Jawaban dan Skor Angket⁴⁷

Alternatif jawaban	Skor	
	Pernyataan Positif	Pernyataan Negatif
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

2. Dokumentasi

Dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data yang menunjang penelitian seperti dokumentasi nama guru, jumlah guru, dan data terkait yang dibutuhkan peneliti.

⁴⁷*Ibid.*

F. Instrumen Penelitian

Efektifitas suatu penelitian sangat ditentukan atau dibuktikan melalui validitas dan obyektifnya instrumen penelitiannya. Instrumen tersebut akan menjangkau semua variabel penelitian melacak sumber-sumber data secara akurat. Agar tujuan pelaksanaan penelitian terwujud, maka instrumen penelitian harus difungsikan semaksimal mungkin untuk memperoleh jenis data dan tingkat kepercayaan terhadap data itu.

Instrumen penelitian yang digunakan untuk pengumpulan data tersebut berupa angket dan dokumentasi. Dalam penelitian ini menggunakan instrumen angket dengan harapan responden akan dapat langsung menuangkan jawabannya sesuai daftar pernyataan dalam item-item angket sesuai dengan keadaan sebenarnya. Adapun dokumentasi digunakan untuk memperoleh profil sekolah dan data yang dibutuhkan dalam penelitian. Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatan mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya.⁴⁸ Adapun kisi-kisi yang digunakan dalam angket tertutup yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih pada variabel Efikasi Diri dan variabel Kecemasan Berbicara di Depan Umum. Sebelum menyusun instrumen, terlebih dahulu disusun kisi-kisi untuk mempermudah pembuatan butir-butir instrumen dalam angket.

⁴⁸Bayu, "Kinerja Guru Ekonomi SMA Negeri di Kabupaten Sleman dalam Mengimplementasikan Kurikulum 2013.", 2015 skripsi, http://eprints.uny.ac.id/27741/1/Skripsi%20Full_Devit%20Bayu%20P_10404244040.pdf (diakses pada 23 juli 2019), h. 64

1. *Blue Print* Efikasi Diri

Pengukuran variabel efikasi diri menggunakan skala adaptasi dari *General Self Efficacy Scale* (GSES) yang disusun oleh Schwarzer dan Jerusalem. Dalam skala tersebut terdapat 10 aitem (favorable) yang telah meliputi tiga aspek yang dikemukakan oleh Bandura melalui Kurniawan, yaitu aspek *level* (tingkatan), *strenght* (kekuatan) dan *generality* (keadaan umum). Adapun kisi-kisi yang digunakan dalam angket tertutup Efikasi Diri sebagai berikut.

Tabel 3.4 kisi-kisi Instrumen Angket Efikasi Diri⁴⁹

Variabel	Aspek-Aspek	Indikator	Butir Pernyataan		Jumlah Butir
			(+)	(-)	
Efikasi Diri	<i>Level</i> (Tingkatan)	Keyakinan individu atas kemampuannya terhadap kesuliyannya tugas atau hambatan dalam menghadpinya	1,6,9	-	3
	<i>Strenght</i> (Kekuatan) Dengan Siswa	Kekuatan keyakinan pada individu terhadap kemampuannya	5,7,8,10	-	4
	<i>Generality</i> (Keadaan Umum)	Keyakinan individu akan kemampuannya melaksanakan semua tugas di berbagai aktivitas	2,3,4	-	3
Jumlah					10

2. *Blue Print* Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Pengukuran variabel Public speaking anxiety (kecemasan berbicara di depan umum) dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi yang mengambil aspek

⁴⁹Kurniawan, "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi Tahun Ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang."

aspek dari kecemasan berbicara di depan umum yang dikemukakan oleh Rogers (2008) yaitu aspek fisik, aspek mental dan aspek emosional. Adapun kisi kisi yang digunakan dalam angket tertutup Kecemasan Berbicara di Depan Umum sebagai berikut.

Tabel 3.5 kisi-kisi Instrumen Angket Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Variabel	Aspek-Aspek	Indikator	Butir Pernyataan		Jumlah Butir
			(+)	(-)	
Kecemasan Berbicara di Depan Umum	Aspek Fisik	Gejala fisik yang dialami atau Perilaku yang tampak oleh individu ketika menghadapi aktivitas berbicara di depan umum	1,2,3,16, 22,23,29	7,8,17, 25,26	12
	Aspek Mental	Proses yang menghambat individu ketika melakukan aktivitas berbicara di depan umum	4, 5, 6, 18, 27, 28	9, 10, 19 24	10
	Aspek Emosional	Perasaan negative seperti tidak mampu, cemas, dan sebagainya yan dialami individu ketika akan menghadapi aktivitas berbicara di depan umum	13, 14, 15, 20, 30	11, 12, 21	8
Jumlah					30

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Sebelum instrumen digunakan, terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan uji Reliabilitas yang digunakan untuk menguji kelayakan sebuah instrumen yang akan digunakan. Teknik validitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu

validitas isi. Peneliti meminta kepada beberapa orang validator untuk memberikan penilaian terhadap instrumen yang akan digunakan.

Instrumen yang diberikan kepada validator untuk dilakukan validasi isi dibantu dengan menggunakan kisi-kisi instrumen berdasarkan pada indikator kriteria pengskoran menulis matematis. Selanjutnya berdasarkan lembar validasi yang telah diisi oleh validator tersebut dapat ditentukan validitasnya dengan rumus statistik Alkens's berikut.⁵⁰

$$V = \frac{\sum S}{n(c - 1)}$$

Keterangan :

- S : r - lo
 r : skor yang diberikan validator
 lo : skor penilaian validitas terendah
 n : banyaknya validator
 c : skor penilaian tertinggi

2. Reliabilitas

Setelah proses validitas dilakukan maka langkah berikutnya ialah melakukan uji reliabilitas dari instrumen yang digunakan. Sukardi mengungkapkan suatu instrumen dikatakan mempunyai nilai reliabilitas yang tinggi, apabila tes yang dibuat mempunyai hasil yang konsisten dalam mengukur yang hendak diukur.⁵¹

⁵⁰Saifuddin Azwar, *Reliabilitas Dan Validitas* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), h. 113.

⁵¹“Henriska Ruli Bintari,"*Kinerja Guru Kelas dalam Mengimplementasikan Kurikulum 2013 di SD Piloting Kabupaten Sleman*” accessed July 23, 2018, Skripsi <http://eprints.uny.ac.id/30597/1/Henriska%20Ruli%20Bintari.pdf>, h. 61.

Perhitungan reliabilitas dilakukan menggunakan bantuan *Software SPSS 22*. Adapun tolak ukur untuk menginterpretasikan drajat reliabilitas instrumen yang diperoleh adalah sesuai dengan table sebagai berikut:

Table 3.6 Interpretasi Reliabilitas⁵²

Koefisien korelasi	Kriteria reliabilitas
$0,81 \leq r \leq 1,00$	Sangat tinggi
$0,61 \leq r \leq 0,80$	Tinggi
$0,41 \leq r \leq 0,60$	Cukup
$0,21 \leq r \leq 0,40$	Rendah
$0,00 \leq r \leq 0,20$	Sangat rendah

H. Teknik Analisis Data

1. Analisis Statistik Deskriptif

Teknik analisis data pada penelitian ini ialah analisis statistik deskriptif yang menggambarkan kegiatan berupa pengumpulan data, penyusunan data, pengelolaan data, dan penyajian data ke dalam bentuk tabel, grafik, ataupun diagram agar mendapatkan gambaran yang teratur, ringkas, dan jelas mengenai suatu keadaan atau peristiwa.⁵³

Lebih lanjut, dalam penelitian ini penulis menggunakan teknik pengolahan dan analisis dengan menggunakan metode kuantitatif. Adapun perhitungan analisis statistika tersebut dengan menggunakan program siap pakai yaitu *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 22 serta *Microsoft Excel 2010*. Pengelohan data untuk angket digunakan rumus perhitungan prosentase.

⁵²M. Subana and Sudrajat, *Dasar-Dasar Penilaian Ilmiah*, II (Bandung: Pustaka Setia, 2005), h. 130.

⁵³M. Subana, *Statistik Pendidikan*, (Cet: I, Bandung: Pustaka Setia, 2000), h.12.

Adapun data yang bersifat kuantitatif penulis menggunakan teknik analisis data dengan menggunakan angka-angka untuk menjelaskan data dari hasil penelitian.

Adapun Hasil tabulasi angket peneliti paparkan dengan menggunakan rumus presentase sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100$$

P: Angka presentase yang dicari

F: Frekuensi yang sedang dicari presentasinya

N: Jumlah Frekuensi⁵⁴

Selanjutnya diakumulasikan untuk menentukan skor bagi setiap sub indikator, kemudian skor setiap sub indikator diakumulasikan lagi untuk mendapatkan skor setiap indikator penelitian. Skor setiap indikator diakumulasikan lagi untuk menentukan total variabel yang diteliti atau untuk menjawab permasalahan penelitian. Menentukan skor setiap sub indikator dengan memakai formulasi rumus peersentase sebagai berikut:

$$P = \frac{sc}{st} \times 100$$

P : Angka presentase

sc : Jumlah Skor Capaian

st : Jumlah Skor Ideal

Setelah jawaban dianalisis melalui rumus tersebut, selanjutnya Efikasi Diri dan kecemasan berbicara di depan umum dibandingkan dengan kategorisasi yang dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

⁵⁴ Henriski Ruli Bintari, "Kinerja Guru Kelas dalam Mengimplementasikan Kurikulum 2013 di SD Piloting Kabupaten Sleman", *Op.cit.*, h.62

Tabel 3.7 Kategorisasi Efikasi diri dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum

No	Interval	Kategori
1	$X < (M - 1. SD)$	Rendah
2	$(M - 1. SD) \leq X \leq X < (M + 1. SD)$	Sedang
3	$X > (M + 1. SD)$	Tinggi

2. Analisis Statistik Inferensial

a. Uji Asumsi Klasik

1) Uji Normalitas

Uji normalitas data bertujuan mengetahui apakah data yang diperoleh dari hasil penelitian berdistribusi normal. Pengujian normalitas dalam penelitian ini menggunakan SPSS untuk uji *Kolmogorov-Smirnov* (K-S). Dasar pengambilan keputusan memenuhi normalitas dan tidak, sebagai berikut :

Jika nilai signifikan $> 0,05$ maka data tersebut berdistribusi normal

Jika nilai signifikan $< 0,05$ maka data tersebut berdistribusi tidak normal

2) Uji Linearitas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui bahwa masing masing variabel dalam penelitian memiliki hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Pengujian linearitas menggunakan IBM SPSS 22 dengan *test for linearity* dengan melihat nilai sig. *deviation from linearity*, jika nilai *deviation from linearity* lebih dari 0,05 maka dianggap linear.⁵⁵.

b. Analisis Regresi Sederhana

Uji hipotesis bertujuan untuk mengetahui apakah hipotesis yang dimiliki peneliti diterima atau tidak. Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis

⁵⁵Rohmat Duwi Cahyono and Hari Subiyantoro, "Pengaruh Program Double Track Dan Efikasi Diri Terhadap Minat Berwirausaha Siswa SMAN 1 Rejotangan," *Jurnal Economina* 1, no. 2 (2022): 109–19.

regresi linier sederhana untuk uji hipotesis. Teknik analisis regresi linier sederhana bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen serta hubungan antar variabel apakah memiliki hubungan yang positif atau negative.

Berikut rumus dari analisis regresi linier sederhana:

$$Y = \alpha + b.X^{56}$$

Dimana:

Y	:	Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Y)
X	:	Efikasi Diri (X)
a	:	Konstanta
b	:	Koefisien regresi

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini untuk melihat apakah tujuan dari penelitian ini dapat tergambarkan dengan hasil analisis. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah:

H₀: Tidak ada pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara pada pada siswa di SMAN 14 Luwu.

H₁: Ada pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara pada siswa di SMAN 14 Luwu.

Penelitian ini menggunakan regresi sederhana dalam menguji hipotesis dengan menggunakan aplikasi SPSS, dengan ketentuan Apabila hasil uji T dengan nilai signifikan < 0,05.

⁵⁶Danang Sunyoto, *Uji Khi Kuadrat & Regresi Untuk Penelitian* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2010). (Yaogyakarta: Graha Ilmu, 2010), h. 30

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SMAN 14 Luwu tepatnya berada di desa bonelemo Kec. Bajo Barat Kab. Luwu. Luas lokasi SMAN 14 Luwu kurang lebih 17585 m. adapun batas-batas lokasi SMAN 14 Luwu adalah, sebagai berikut:

- a. Sebelah Barat berbatasan dengan kebun
- b. Sebelah Utara berbatasan dengan kebun.
- c. Sebelah Timur berbatasan dengan sawah.
- d. Sebelah selatan berbatasan dengan kebun.

Berikut beberapa uraian terkait profil SMAN 14 Luwu:

a) Kepemimpinan Kepala Sekolah SMAN 14 Luwu

SMAN 14 Luwu berdiri pada tahun 2007 dipimpin oleh Drs. Sofyan Anton dan pada tahun 2017 digantikan oleh Widodo, S.Pd sebagai pemimpin sekolah, beliau sebagai pemegang otoritas tertinggi dalam membina serta mengembangkan sekolah.

b) Keadaan guru SMAN 14 Luwu

Maju mundurnya sekolah sangat ditentukan oleh keadaan guru pada sekolah itu baik dari segi kualitasnya maupun kuantitasnya. SMAN 14 Luwu memiliki 30 personil penyelenggara pendidikan terbagi atas Kepala Sekolah, Guru Mata Pelajaran dan Staff administrasi yang dapat dilihat pada *Lampiran*.

2. Hasil Analisis Data

a. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dalam penelitian ini menggunakan program SPSS 22. Analisis deskriptif digunakan untuk mengetahui tingkat kecenderungan data, Sugiyono mengemukakan statistik deskriptif berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap objek yang diteliti. Digunakan jenjang ordinal untuk menempatkan individu kedalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut kontinum melalui Azwar.

Penelitian ini menggunakan variabel efikasi diri dan kecemasan berbicara. Efikasi diri dan kecemasan berbicara Siswa dinilai dengan menggunakan angket yang diberikan kepada 112 orang siswa SMAN 14 Luwu yang tersebar dari kelas X, XI, dan XII yang berjumlah 252 orang siswa. Berikut ini merupakan hasil dari analisis deskriptif yang diperoleh dari variabel efikasi diri dan kecemasan berbicara di Depan Umum.

Tabel 4.1 Hasil Analisis Deskriptif
Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
EFIKASI DIRI	71	12.00	38.00	24.5775	7.14075
KECEMASAN BERBICARA DIDEPAN UMUM	71	44.00	105.00	74.6761	15.57175
Valid N (listwise)	71				

Data yang terlihat pada tabel hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa variabel efikasi diri memiliki *mean* 24,57, adapun skor minimal yang dicapai oleh responden sebesar 12,00 dan skor maksimal yang dicapai sebesar 38,00. Untuk standar deviasi diperoleh 7,14. Selanjutnya pada variabel kecemasan berbicara

diperoleh nilai mean 74,67. Adapun skor minimal yang dicapai sebesar 44,00 dan skor maksimal sebesar 105,00, untuk standar deviasi dari variabel kecemasan berbicara diperoleh 15,57.

Hasil distribusi frekuensi skor efikasi diri pada siswa SMAN 14 Luwu berdasarkan Patokan Acuan Norma Kategorisasi dengan rumus yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.2 Norma Kategorisasi

No	Interval	Kategori
1	$X < (M - 1.SD)$	Rendah
2	$(M - 1.SD) \leq X \leq (M + 1.SD)$	Sedang
3	$X > (M + 1.SD)$	Tinggi

Setelah skor disesuaikan dengan kategori acuan norma yang telah ada, maka skor dikategorisasikan menjadi rendah, sedang, dan tinggi sesuai dengan variabel yang ada dalam penelitian. Kategori variabel penelitian ini sebagai berikut:

1) Kategorisasi Tingkat Efikasi Diri

Penilaian kategori pada variabel Efikasi Diri dapat dideskripsikan sebagai berikut:

- a) Rendah = $X < (M - 1.SD)$
 $= X < (24,57 - 7,14)$
 $= X < 17,43$
- b) Sedang = $(M - 1.SD) \leq X \leq (M + 1.SD)$
 $= (24,57 - 7,14) \leq X \leq (24,57 + 7,14)$
 $= 17,43 \leq X \leq 31,71$
- c) Tinggi = $X > (M + 1.SD)$
 $= X > (24,57 + 7,14)$
 $= X > 31,71$

Berdasarkan hasil perhitungan diatas, maka kategorisasi pada variabel efikasi diri yaitu:

Tabel 4.3 Kategorisasi Skor Variabel Efikasi Diri

No	Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
1	Rendah	$X < 17,43$	16	23 %
2	Sedang	$17,43 \leq X \leq 31,71$	44	62 %
3	Tinggi	$X > 31,71$	11	15 %
Total			71	100 %

Pada tabel kategorisasi skor variabel efikasi diri, diperoleh hasil bahwa sebanyak 16 responden atau 23% berada pada kategori rendah, 44 responden atau 62% berada pada kategori sedang, dan 11 responden atau 15% berada pada kategori tinggi. Sehingga secara umum dapat disimpulkan bahwa tingkat efikasi diri siswa SMAN 14 Luwu berada pada kategori Sedang.

2) Kategorisasi Tingkat Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Penilaian kategori pada variabel kecemasan berbicara di depan umum dapat dideskripsikan sebagai berikut:

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

$$= X < (44 - 15,57)$$

$$= X < 28,43$$

$$b) \text{ Sedang} = (M - 1.SD) \leq X \leq (M + 1.SD)$$

$$= (44 - 15,57) \leq X \leq (44 + 15,57)$$

$$= 28,43 \leq X \leq 59,57$$

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

$$= X > (44 + 15,57)$$

$$= X > 59,57$$

Berdasarkan hasil perhitungan diatas, maka kategorisasi pada variabel kecemasan berbicara di depan umum yaitu:

Tabel 4.4 Kategorisasi Skor Variabel Kecemasan Berbicara Di Depan Umum

No	Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
1	Rendah	$X < 28,43$	0	0 %
2	Sedang	$28,43 \leq X \leq 59,57$	9	12,7 %
3	Tinggi	$X > 59,57$	62	87,3 %
Total			71	100 %

Pada tabel kategorisasi skor variabel kecemasan berbicara di depan umum, diperoleh hasil bahwa sebanyak 0 responden berada pada kategori rendah, 9 responden atau 12,7% berada pada kategori sedang, dan 62 responden atau 87,3% berada pada kategori tinggi. Sehingga secara umum dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan berbicara di depan umum siswa SMAN 14 Luwu berada pada kategori tinggi.

b. Uji Asumsi Klasik

1) Uji Normalitas

Pengolahan data dengan statistic inferensial diawali dengan uji normalitas data Efikasi Diri dan Kecemasan berbicara di Depan Umum. Dari hasil uji normalitas dengan menggunakan program aplikasi SPSS 22 diperoleh tabel sebagai berikut:

Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		71
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	10.51342966
Most Extreme Differences	Absolute	.084

	Positive	.048
	Negative	-.084
Test Statistic		.084
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Uji normalitas data bertujuan mengetahui apakah data yang diperoleh dari hasil penelitian berdistribusi normal. Pengujian normalitas dalam penelitian ini menggunakan SPSS untuk uji *Kolmogorov-Smirnov* (K-S). Dasar pengambilan keputusan memenuhi normalitas dan tidak, sebagai berikut :

Jika nilai signifikan $> 0,05$ maka data tersebut berdistribusi normal

Jika nilai signifikan $< 0,05$ maka data tersebut berdistribusi tidak normal

Pada tabel hasil uji normalitas diketahui bahwa nilai residual dalam skala penelitian mempunyai nilai signifikansi 0,200. Sehingga dari hasil *Kolmogorov-Smirnov* pada tabel diketahui bahwa nilai signifikansi *Asymp. Sig(2-tailed)* sebesar 0,200 lebih besar dari 0,05, maka sesuai dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov*, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Sehingga data sampel yang berasal dari populasi berdistribusi normal.

2) Uji Linearitas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui bahwa masing masing variabel dalam penelitian memiliki hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Pengujian linearitas menggunakan IBM SPSS 22 dengan *test for linearity* dengan

melihat nilai sig. *deviation from linearity*, jika nilai *deviation from linearity* lebih dari 0,05 maka dianggap linear.⁵⁷

Tabel 4.6 Hasil Uji Linearitas

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KECEMASAN BERBICARA DIDEPAN UMUM *	Between Groups	(Combined) Linearity	11785.449	25	471.418	4.089	.000
		Deviation from Linearity	9236.295	1	9236.295	80.113	.000
			2549.154	24	106.215	.921	.575
EFIKASI DIRI	Within Groups		5188.100	45	115.291		
	Total		16973.549	70			

Dari tabel hasil output SPSS 22 di atas, diperoleh nilai *deviation from linearity sig.* adalah 0,575 lebih besar dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear secara signifikan antara variabel efikasi diri (X) dengan variabel Kecemasan berbicara d Depan Umum (Y).

3) Uji Regresi Sederhana

Setelah melakukan uji asumsi klasik dan semuanya berhasil, maka selanjutnya dilakukan uji regresi sederhana menggunakan aplikasi SPSS dengan hasil seperti berikut.

Tabel 4.7 Hasil Uji Regresi Sederhana

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	114.212	4.534		25.191	.000
	EFIKASI DIRI	-1.609	.177	-.738	-9.076	.000

a. Dependent Variable: KECEMASAN BERBICARA DIDEPAN UMUM

⁵⁷Cahyono and Subiyantoro, "Pengaruh Program Double Track Dan Efikasi Diri Terhadap Minat Berwirausaha Siswa SMAN 1 Rejotangan."

Berdasarkan tabel tersebut diperoleh nilai a (constant) sebesar 114,212 nilai b sebesar -1,609 dengan std. 4,534, sehingga persamaannya:

$$Y = \alpha + b.X$$

Keterangan:

X : Efikasi Diri

Y : Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Dari tabel output hasil persamaan regresi linier sederhana *coefficients^a* didapatkan persamaan regresi berikut:

$$Y = 114,212 + (-1,609).X$$

Perubahan diatas merupakan pertambahan bila b bertanda positif dan penurunan bila b bertanda negatif. Dari koefisien-koefisien persamaan regresi linier sederhana diatas, diketahui konstan sebesar 114,212 menunjukkan bahwa jika variabel Efikasi Diri bernilai nol atau tetap maka akan meningkatkan kecemasan berbicara di Depan umum siswa sebesar 114,212 %. Selanjutnya karena Variabel Efikasi diri 114,212 dengan b bernilai negatif maka menunjukkan adanya hubungan yang tidak searah antara variabel efikasi diri dan kecemasan berbicara di depan umum yang berarti bahwa jika variabel Efikasi Diri meningkat 1 satuan maka akan menurunkan kecemasan berbicara di depan umum siswa sebesar 1,609 satuan atau sebesar 160,9%.

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk menguji hipotesis dan untuk mengetahui sumbangan efektif variabel efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Dalam penelitian ini, analisis data yang digunakan adalah teknik analisis

regresi sederhana. Uji hipotesis penelitian ini menggunakan uji signifikan uji-t untuk mengukur pengaruh variabel independen (X) dengan variabel dependen (Y). Adapun hipotesis statistik yang akan diuji adalah:

H_0 : Tidak ada pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara pada siswa di SMAN 14 Luwu.

H_1 : Ada pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara pada siswa di SMAN 14 Luwu.

Apabila dengan uji-T nilai signifikansi $< 0,05$, maka H_1 diterima, dan H_0 ditolak yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel X terhadap variabel Y. Begitupun sebaliknya apabila nilai signifikansi $> 0,05$ maka H_1 ditolak dan H_0 diterima. Yang artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antara variabel X terhadap variabel Y.

Tabel 4.8 Analisis Uji T

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	114.212	4.534		25.191	.000
	EFIKASI DIRI	-1.609	.177	-.738	-9.076	.000

a. Dependent Variable: KECEMASAN BERBICARA DIDEPAN UMUM

Berdasarkan tabel uji T, menunjukkan hasil analisis dari pengaruh efikasi diri (X) terhadap kecemasan berbicara (Y) pada Siswa SMAN 14 Luwu diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 atau $p < 0,05$. Nilai ini menunjukkan bahwa pada variabel X dan Y memiliki pengaruh secara signifikan. Sehingga H_1 diterima dan

H_0 ditolak, yaitu ada pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada Siswa SMAN 14 Luwu.

Lebih lanjut, variabel efikasi diri mendapatkan t hitung sebesar $-9,076$, sehingga dapat diketahui bahwa pengaruh yang diberikan efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum bersifat negative yang signifikan, artinya semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki oleh siswa maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada siswa tersebut, begitupun sebaliknya semakin rendah tingkat efikasi diri yang dimiliki oleh siswa maka semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada siswa tersebut.

Selain itu, peneliti juga menganalisis dengan melakukan uji Determinasi (R Square) untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara variabel X (efikasi diri) dan Y (Kecemasan berbicara di depan umum) dengan menggunakan aplikasi SPSS. Koefisien determinasi (R square) bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan variabel independen efikasi diri mampu menjelaskan variabel dependen (kecemasan berbicara di depan umum). Berikut ini hasil uji determinasi (R Square).

Tabel 4.9 Uji Determinasi

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.738 ^a	.544	.538	10.58934

a. Predictors: (Constant), EFIKASI DIRI

b. Dependent Variable: KECEMASAN BERBICARA DIDEPAN UMUM

Berdasarkan tabel hasil uji determinasi Model Summary^b diatas diketahui nilai R square sebesar $0,738$ ($73,8\%$). Hal ini menunjukkan bahwa dengan

menggunakan model regresi, dimana variabel efikasi diri (X) memiliki pengaruh terhadap variabel kecemasan berbicara didepan umum (Y) sebesar 73,8%. Sedangkan 26,2% dipengaruhi oleh variabel lainnya.

Menentukan kekuatan hubungan antar variabel dapat dilihat pada kuadran mana nilai tersebut. Untuk menentukan berada pada kuadran mana nilai korelasi tersebut, peneliti menggunakan acuan dari Neolaka arah kekuatan hubungan antar variabel ditunjukkan pada tabel berikut:⁵⁸

Tabel 4.10 Interpretasi Nilai R square

Interval Koefisien	Kategori
0,00	Tidak ada korelasi
>0,00-0,199	Sangat rendah
1,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-0,999	Sangat Kuat
1,00	Korelasi Sempurna

Berdasarkan tabel interpretasi nilai r diatas membuktikan pengaruh efikasi diri terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum berada pada interval koefisien 0,60 – 0,799 dengan tingkat hubungan berada pada kategori kuat.

B. Pembahasan

Penelitian yang dilakukan pada siswa SMAN 14 Luwu tentang pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara didepan umum. Angket telah dinilai oleh validator ahli selanjutnya dibagikan kepada 71 responden dengan cara simple random sampling. Data yang terkumpul kemudian dianalisis dengan statistik

⁵⁸ Amos Neolaka, "Metode Penelitian Dan Statistik," 2014.

dskriptif dan statistik inferensial menggunakan bantuan aplikasi IBM SPSS versi 22.

Uji validitas dan reliabilitas angket yang diuji dinyatakan valid dan reliable setelah diperoleh 10 item/butir pernyataan instrument angket efikasi diri dan 30 item/butir pernyataan instrument angket kecemasan berbicara didepan umum.

Hasil olah data menunjukkan bahwa efikasi diri (X) berpengaruh terhadap kecemasan berbicara (Y) pada Siswa SMAN 14 Luwu. Hal ini dapat dilihat dari hasil perolehan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 atau $p < 0,05$. Nilai ini menunjukkan bahwa pada variabel X dan Y memiliki pengaruh secara signifikan. Sehingga H_1 diterima dan H_0 ditolak, yaitu ada pengaruh efikasi diri

Adapun besaran pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara didepan umum sebesar 73,8%. Besarnya angka tersebut dapat dilihat dari hasil determinasi (R Square) sebesar 0,738 atau sama dengan 73,8%. angka tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kuat antara efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Selanjutnya, berdasarkan hasil regresi linear sederhana diperoleh hasil bahwa apabila Variabel Efikasi diri meningkat 1 satuan maka akan menurunkan kecemasan berbicara di depan umum siswa sebesar 1,609 satuan atau sebesar 160,9%.

Hasil penelitian ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Jendra & Sugiyo, yang mengatakan bahwa pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum menunjukkan skor yang berarah negatif yang artinya terdapat pengaruh negatif yang signifikan pada efikasi diri terhadap

kecemasan berbicara di depan umum. Pengaruh negatif berarti bahwa semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah kecemasan tersebut muncul begitupun sebaliknya.⁵⁹

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa variabel efikasi diri mendapatkan t hitung sebesar -9,076 , sehingga dapat diketahui bahwa pengaruh yang diberikan efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum bersifat negative yang signifikan, artinya semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki oleh siswa maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada siswa tersebut, begitupun sebaliknya semakin rendah tingkat efikasi diri yang dimiliki oleh siswa maka semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada siswa tersebut. hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Nurhasanah⁶⁰ mengatakan bahwa terdapat korelasi yang negatif antara *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum. Pada hasil penelitian tersebut didapatkan hasil korelasi ($r = -0,647$ dan $p \text{ value} < 0,001$ yang artinya terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara variabel kecemasan berbicara di depan umum dengan efikasi diri. Begitu pula dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ananda dan Suprihatin⁶¹ yang mengatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum.

⁵⁹Arya Firmanu Jendra and Sugiyo Sugiyo, "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Presentasi Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 1 Wuryantoro," *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling* 4, no. 1 (2020): 138–59.

⁶⁰Nurhasanah Nurhasanah, "Self Efficacy Dan Berpikir Positif Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa," *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 10, no. 2 (2021): 106–12.

⁶¹Lutfia Rizky Ananda and Titin Suprihatin, "Hubungan Antara Berpikir Positif Dan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Unissula," *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humaniora*, 2021.

Kekhawatiran hal tersebut adalah hal yang normal, tetapi kekhawatiran ini menjadi tidak wajar ketika seseorang menjadi khawatir yang berlebihan seperti mengeluarkan keringat dingin secara tiba tiba, atau tiba tiba merasa tidak mampu untuk melakukan sesuatu, jantung berdetak dengan kencang, gugup dan sebagainya. Dalam keadaan tersebut efikasi diri sangat berpengaruh dalam mengatasi kekhawatiran dalam berbicara, dimana seseorang yang yakin dengan kemampuan yang dia miliki maka seseorang tersebut akan kecil kemungkinan untuk mengalami kekhawatiran berbicara di depan umum, dan begitupun sebaliknya, apabila seseorang tersebut memiliki efikasi diri yang rendah maka akan besar kemungkinan seseorang tersebut mengalami kekhawatiran atau kecemasan ketika berbicara di depan umum.⁶²

Penelitian Warren juga menemukan bahwa efikasi diri dapat mempengaruhi untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan umum pada individu.⁶³ Efikasi diri yang tinggi dapat memberikan motivasi pada masing masing individu sehingga mereka merasa percaya diri untuk berbicara di depan umum serta kondisi ini menyebabkan individu tersebut mampu untuk menguasai para audiens saat berbicara di depan umum. Ini sejalan dengan hasil analisis nilai R Square pada penelitian ini yang mendapatkan hasil sebesar 0,738 atau sama dengan 73,8%. yang berarti efikasi diri memiliki sumbangan pengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum sebesar 73,8% dan 26,2% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diikutsertakan dalam penelitian ini. Ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Riani dan Rozali mengatakan

⁶²Dorothy Lynn and Jessica Selasky, "Mastering Public Speaking" (Luna Publisher, Yogyakarta, 2008).

⁶³Warren, *The Relationship between Service Learning and Public Speaking Self-Efficacy*.

bahwa tingkat efikasi diri dapat memberikan pengaruh pada individu terkait kecemasan pada individu dalam menghadapi tugasnya.⁶⁴

Siswa mudah menyerah tanpa melakukan usaha terlebih dahulu ketika dihadapkan pada tugas presentasi, pesimis hanya bahwa dirinya tidak mampu melakukan tugas presentasi, takut menghadapi resiko ketika presentasi berlangsung dan merasa tidak mampu melakukan tugas presentasi seperti teman teman lainnya. Hal inilah yang membuat Siswa dengan efikasi diri yang rendah menjadi takut dan cemas setiap menghadapi tugas presentasi atau tugas untuk berbicara di depan umum. Kecemasan berbicara di depan umum pada Siswa dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya yaitu faktor dari tingkat efikasi diri, menurut Utomo faktor efikasi diri, ditandai dengan adanya keyakinan diri dalam menghadapi situasi yang tidak menentu, keyakinan mencapai target, menumbuhkan motivasi dalam mengatasi tantangan yang muncul.⁶⁵

Efikasi diri yang dimiliki Siswa dalam melaksanakan tugas tugas akademik terkait dengan berbicara di depan umum membuat Siswa tidak merasa cemas. Ini karena kecemasan berbicara di depan umum yang ada ditekan dengan adanya keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki mahasiswa dalam mengatasi tantangan kecemasan yang ada yang dimana keyakinan ini didasari oleh batas batas kemampuan yang dirasakan akan menuntut seseorang untuk berperilaku secara mantap dan efektif.

⁶⁴Winda Septa Riani and Yuli Azmi Rozali, "Hubungan Antara Self Efficacy Dan Kecemasan Saat Presentasi Pada Mahasiswa Univeristas Esa Unggul," *Jurnal Psikologi Esa Unggul* 12, no. 01 (2014): 126836.

⁶⁵Utomo, "Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Self-Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa."

Berdasarkan penelitian Haryanthi dan Tresniasari menemukan bahwa situasi berbicara di depan umum dalam lingkup akademis adalah situasi yang paling ditakuti dan dihindari, dengan prevalensi 7-13% (gangguan kecemasan tertinggi). Kecemasan berbicara di depan umum dipengaruhi oleh berbagai faktor yang salah satunya yaitu efikasi diri.⁶⁶ Hasil penelitian dari Deviyanthi dan Wideasavitri menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa psikologi di Bali mengalami kecemasan pada tingkat sedang dengan jumlah prosentase sebesar 51.8% ketika berbicara di depan umum.⁶⁷

Menurut Bandura, efikasi diri berguna untuk mengontrol munculnya kecemasan. Hal ini sejalan dengan penelitian Wahyuni, yang menunjukkan bahwa efikasi diri dapat digunakan sebagai predictor untuk memprediksi kecemasan berbicara di depan umum. Berdasarkan penelitian Deviyanthi dan Wideasavitri, menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri individu maka kecemasan untuk berbicara di depan umum dalam akademik seperti mempresentasikan tugas di depan kelas pun akan semakin rendah, sebaliknya semakin rendah efikasi diri individu maka kecemasannya pun akan meningkat. Kemudian menurut hasil penelitian Riani & Yuli menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki korelasi yang signifikan dengan kecemasan berbicara di depan umum.⁶⁸

⁶⁶Luh Putu Suta Haryanti and T. Nia, "Efektivitas Metode Terapi Ego State Dalam Mengatasi Kecemasan Berbicara Di Depan Publik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Syarif Hidayatullah Jakarta," *Jurnal Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta* 14, no. 1 (2012): 32–40.

⁶⁷NMFS Deviyanthi, "Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Komunikasi Dalam Mempresentasikan Tugas Di Depan Kelas," *Publikasi (Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran)*, 2016.

⁶⁸Riani and Rozali, "Hubungan Antara Self Efficacy Dan Kecemasan Saat Presentasi Pada Mahasiswa Univeristas Esa Unggul."

Berdasarkan penjelasan pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMAN 14 Luwu penelitian ini ditujukan kepada Siswa yang memiliki tingkat efikasi diri yang rendah dan penelitian ini bertujuan untuk menunjukkan betapa pentingnya tingkat efikasi diri dalam mempengaruhi proses pembelajaran akademik, contohnya dalam berbicara di depan umum seperti presentasi, dakwah dan sebagainya.



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan analisis data pada penelitian yang dilakukan dengan judul pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMAN 14 Luwu, maka kesimpulan yang didapatkan bahwa pengaruh yang diberikan variabel efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum menghasilkan t hitung negatif dengan nilai signifikan $0,000 > 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh negative yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki oleh siswa maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada siswa tersebut, begitupun sebaliknya semakin rendah tingkat efikasi diri yang dimiliki oleh siswa maka semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada siswa tersebut. Selain itu, efikasi diri juga memberikan sumbangan pengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum sebesar 73,8% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dikutsertakan dalam penelitian ini.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, terdapat beberapa saran yang perlu oleh pihak lain perhatikan, dengan tujuan untuk mengembangkan topik penelitian yang telah dikaji atau untuk kegunaan lainnya, beberapa saran tersebut antara lain:

1. Bagi Subjek

Berdasarkan hasil penelitian diatas, perlu kiranya siswa memperhatikan tingkat efikasi diri pada dirinya. Dikarenakan pentingnya dari pengaruh efikasi diri tersebut terhadap kecemasan berbicara didepan umum diberbagai aspek kehidupan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti memahami masih banyaknya kekurangan dalam proses penelitian yang dilakukan, sehingga diharapkan pada peneliti selanjutnya yang juga mengkaji terkait topik yang sama terkait efikasi diri dan kecemasan berbicara di depan umum untuk lebih mengkaji lebih luas dan juga bisa menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan tujuan untuk menambah ilmu pengetahuan dan menambah penelitian terbaru

3. Bagi Guru dan Pihak Sekolah

Dengan adanya penelitian ini diharapkan adanya perhatian khusus dan mendalam terhadap efikasi diri dan kecemasan berbicara di depan umum yang dimiliki siswa agar dapat di evaluasi lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Azza Afirul. *Hubungan Antara Hardiness Dan Iklim Sekolah Dengan Disiplin Diri Pada Siswa Smk Penerbangan Aag Adisutjipto Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2017.
http://digilib.uin-suka.ac.id/29140/1/12710046_BAB-I_IV-atau-V_DAFTAR-PUSTAKA.pdf.
- Ananda, Lutfia Rizky, and Titin Suprihatin. "Hubungan Antara Berpikir Positif Dan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Unissula." *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humanoira*, 2021.
- Anatasya, Annisa. "Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Siswa Kelas X Tahun 2021 Di Sma Negeri 3 Cikarang Utara," 2022.
- Arsy, Hayuni. "Hubungan Berpikir Positif Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau." PhD Thesis, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2011.
- Azwar, Saifuddin. *Reliabilitas Dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013.
- Bandura, Albert. "Exercise of Personal and Collective Efficacy in Changing Societies." *Self-Efficacy in Changing Societies* 15 (1995): 334.
- Bandura, Albert, William H. Freeman, and Richard Lightsey. "Self-Efficacy: The Exercise of Control." Springer, 1999.
- Bayu, Devit. "Kinerja Guru Ekonomi SMA Negeri Di Kabupaten Sleman Dalam Mengimplementasikan Kurikulum 2013," 2015.
http://eprints.uny.ac.id/27741/1/Skripsi%20Full_Devit%20Bayu%20P_10404244040.pdf.
- Boedimo. *Teori Dan Aplikasi Statistik Dan Probabilitas*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2001.

- Cahyono, Rohmat Duwi, and Hari Subiyantoro. "Pengaruh Program Double Track Dan Efikasi Diri Terhadap Minat Berwirausaha Siswa SMAN 1 Rejotangan." *Jurnal Economina* 1, no. 2 (2022): 109–19.
- Corsini, Raymond J., and Bonnie Davis Ozaki. *Encyclopedia of Psychology*. Vol. 1. Wiley New York, 1994.
- Deviyanthi, NMFS. "Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Komunikasi Dalam Mempresentasikan Tugas Di Depan Kelas." *Publikasi (Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran)*, 2016.
- Dewi, Erlita Khrisinta. "Kecemasan Mahasiswa Dalam Praktik Public Speaking (Studi Kasus Mahasiswa Manajemen Pemasaran Industri Elektronika Angkatan 2021)." *Nusantara Hasana Journal* 2, no. 4 (2022): 252–60.
- Gaibani, Ahmed, and Fadil Elmenfi. "The Role of Gender in Influencing Public Speaking Anxiety." *British Journal of English Linguistics* 2, no. 3 (2014): 7–13.
- Haryanti, Luh Putu Suta, and T. Nia. "Efektivitas Metode Terapi Ego State Dalam Mengatasi Kecemasan Berbicara Di Depan Publik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Syarif Hidayatullah Jakarta." *Jurnal Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta* 14, no. 1 (2012): 32–40.
- "Henriska Ruli Bintari.Pdf." Accessed July 23, 2018. <http://eprints.uny.ac.id/30597/1/Henriska%20Ruli%20Bintari.pdf>.
- Herawati, Mirna, and Indra Suyahya. "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Peserta Didik SMK Islam Ruhama." In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan KALUNI*, 2:646–55, 2019.
- Hidayani, Maghfirah, and Yeni Karneli. "Konseling Kelompok Analisis Transaksional Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara Di Depan Umum." *Eductum: Jurnal Literasi Pendidikan* 1, no. 2 (2022): 281–91.
- Jawa, Marlon Landu. "Self-Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Etnis Sumba," 2021.
- Jendra, Arya Firmanu, and Sugiyo Sugiyo. "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Presentasi Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 1 Wuryantoro."

- Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling* 4, no. 1 (2020): 138–59.
- Kasih, Dian, and Shanty Sudarji. “Hubungan Self Efficacy Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia.” *Psibernetika* 5, no. 2 (2017).
- Kementrian Agama RI. *Al-Qur’an Dan Terjemahannya*. Bandung: Cordoba, 2012.
- Kurniawan, Ramadhan Dicky. “Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi Tahun Ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.” PhD Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2022.
- Lodjo, Fernando Stefanus. “Pengaruh Pelatihan, Pemberdayaan Dan Efikasi Diri Terhadap Kepuasan Kerja.” *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi* 1, no. 3 (June 1, 2013). <https://doi.org/10.35794/emba.1.3.2013.1882>.
- Lynn, Dorothy, and Jessica Selasky. “Mastering Public Speaking.” Luna Publisher, Yogyakarta, 2008.
- M. Subana. *Statistik Pendidikan*. 1. Bandung: Pustaka Setia, 2000.
- M. Subana, and Sudrajat. *Dasar-Dasar Penilaian Ilmiah*. II. Bandung: Pustaka Setia, 2005.
- Marianto, Heru. “Level of Anxiety of Final Semester Students in Completing Thesis for BK Students at PGRI University, West Sumatra.” *EDUCTUM: Journal Research* 2, no. 1 (2023): 09–13.
- Musyafa, Muhammad Ilham. “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Komunikasi Dalam Bersiaran Pada Penyiar Radio Kota Malang.” PhD Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2017.
- Nabu, Johannes Fiadeni. “Hubungan Perhatian Orang Tua Dan Penyesuaian Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru.” PhD Thesis, Universitas Medan Area, 2021.
- Neolaka, Amos. “Metode Penelitian Dan Statistik,” 2014.

- Nurdiansyah, Eko Wahyu, and Miftakhul Jannah. "Perbedaan Kecemasan Atlet Laki-Laki Dan Perempuan Pada Mahasiswa Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya." *Character: Jurnal Penelitian Psikologi* 8, no. 9 (2021): 60–65.
- Nurhasanah, Nurhasanah. "Self Efficacy Dan Berpikir Positif Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa." *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 10, no. 2 (2021): 106–12.
- Puspadina, Mafida, Hilal Mahmud, and Nilam Permatasari Munir. "Evaluasi Kompetensi Guru Dalam Mengimplementasikan Kurikulum 2013." *Kelola: Journal of Islamic Education Management* 5, no. 2 (November 16, 2020): 99–110. <https://doi.org/10.24256/kelola.v5i2.1553>.
- Riani, Winda Septa, and Yuli Azmi Rozali. "Hubungan Antara Self Efficacy Dan Kecemasan Saat Presentasi Pada Mahasiswa Universitas Esa Unggul." *Jurnal Psikologi Esa Unggul* 12, no. 01 (2014): 126836.
- Riyadi, Agus. "Zikir Dalam Al-Quran Sebagai Terapi Psikoneurotik (Analisis Terhadap Fungsi Bimbingan Dan Konseling Islam)." *KONSELING RELIGI: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 4, no. 1 (2013): 41.
- Rustika, I. Made. "Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura." *Buletin Psikologi* 20, no. 1–2 (2012): 18–25.
- Saputra, Rezza Eka. "Hubungan Antara Berpikir Positif Dengan Kecemasan Pada Pelamar Kerja Saat Melakukan Tes Wawancara Kerja Di BKK SMK 11 MARET Kab. Bekasi." PhD Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2022.
- Saputri, Velda Fiska, and Endang Sri Indrawati. "Hubungan Antara Konsep Diri dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Sukoharjo." *Jurnal EMPATI* 6, no. 1 (January 16, 2017): 425–30.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Administrasi*. XVIII. Bandung: Alfabeta, 2003.
- . *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. 23rd ed. Bandung: Alfabeta, 2016.
- . *Metode Penelitian Pendidikan*. Cet. XIV. Bandung: Alfabeta, 2014.
- . *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta, 2012.

- Sukardi. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi Dan Prakteknya*. XII. Jakarta: Bumi Aksara, 2013.
- Sumardi, Christa Rahmita Sukmaputri. “Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Saat Melakukan Presentasi Di Kelas Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga Angkatan 2016.” PhD Thesis, Program Studi Psikologi FPSI-UKSW, 2017.
- Sunyoto, Danang. *Uji Khi Kuadrat & Regresi Untuk Penelitian*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2010.
- Susanti, Reni, and Sri Supriyantini. “Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Berbicara Di Muka Umum Pada Mahasiswa.” *Jurnal Psikologi* 9, no. 2 (2013): 119–29.
- Utomo, H. “Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Self-Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa.” *Surabaya: Tesis Tidak Dipublikasikan Universitas Tujuh Belas Agustus*, 2012.
- Wari, Ruslia. “Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Unibos Makassar.” Thesis, Universitas Bosowa, 2020. <http://localhost:8080/xmlui/handle/123456789/3489>.
- Warren, Jami Leigh. *The Relationship between Service Learning and Public Speaking Self-Efficacy: Toward Engaging Today's Undergraduates*. University of Kentucky, 2011.



LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Efikasi Diri

Skala Efikasi Diri

Pengukuran variabel efikasi diri menggunakan pengisian questioner berupa skala efikasi diri. Skala ini diadaptasi dari Benny Kurniawan yang telah dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun skala efikasi diri terdiri dari tiga aspek yakni *Level* (Tingkatan), *Strenght* (Kekuatan), *Generality* (Keadaan Umum). Item pengukuran efikasi diri dapat dilihat pada tabel berikut.

Aspek-Aspek	Indikator	Sub Indikator	Pernyataan	Jumlah
<i>Level</i> (Tingkatan)	Keyakinan individu atas kemampuannya terhadap kesulitan tugas atau hambatan dalam menghadpinya	1. Keyakinan untuk menyelesaikan tugas sesuai tingkat kesulitan	1,6	3
		2. Memperkirakan kemampuan dalam menyelesaikan tugas	9	
<i>Strenght</i> (Kekuatan)	Kekuatan keyakinan pada individu terhadap kemampuannya	1. Memiliki keyakinan diri yang kuat terhadap potensi diri dalam menyelesaikan tugas	5,7	4
		2. Memiliki komitmen untuk menyelesaikan tugas dengan baik	8,10	
<i>Generality</i> (Keadaan Umum)	Keyakinan individu akan kemampuannya melaksanakan semua tugas di berbagai aktivitas	1. Mampu mengerjakan tugas sesuai kemampuan bidang	2,3	3
		2. Mampu mengatur situasu dan kondisi yang beragam	4	
Total				10

Lampiran 2. Angket Efikasi Diri

ANGKET EFIKASI DIRI

A. Identitas Responden

Nama :
Kelas :
Sekolah :

(Tanda Tangan Responden)

B. Petunjuk Pengisian

1. Isilah identitas anda dengan jelas
2. Bacalah dengan teliti setiap pernyataan sebelum anda jawab
3. Berilah tanda checklist (\checkmark) pada salah satu pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan anda saat ini.

C. Keterangan jawaban

SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS: Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa mampu mengerjakan tugas dengan baik				
2.	Mudah bagi saya mengerjakan suatu tugas walaupun saya tahu tugas tersebut diluar keahlian saya				
3.	Saya berusaha mengerjakan tugas yang telah diberikan oleh guru tanpa mengeluh				
4.	Saya berhasil mengatasi kecemasan ketika presentasi dihadapan orang banyak				
5.	Ketika saya menghadapi masalah dalam tugas, saya tetap semangat menyelesaikannya				
6.	Ketika guru memberikan tugas yang menurut saya mudah, maka saya akan mengerjakannya terlebih				

	dahulu				
7.	Saya yakin memiliki potensi yang dapat menyelesaikan berbagai tugas				
8.	Saya berkomitmen untuk menyelesaikan tugas sesegera mungkin				
9.	Saya berupaya mengerjakan tugas yang diberikan meskipun tidak paham				
10.	Saya yakin dapat menyelesaikan tugas secara baik walaupun terdapat masalah				



Lampiran 3. Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Skala Kecemasan Berbicara didepan Umum

Pengukuran variabel efikasi diri menggunakan pengisian questioner berupa skala efikasi diri. Skala ini diadaptasi menggunakan skala psikologi yang mengambil aspek aspek dari kecemasan berbicara di depan umum yang dikemukakan oleh Rogers yaitu aspek fisik, aspek mental dan aspek emosional. Adapun Item pengukuran efikasi diri diadaptasi dari angket penelitian Dwi Nofia. Adapun skala nya dapat dilihat pada tabel berikut.

Variabel	Aspek-Aspek	Indikator	Butir Pernyataan		Jumlah Butir
			(+)	(-)	
Kecemasan Berbicara di Depan Umum	Aspek Fisik	Gejala fisik yang dialami atau Perilaku yang tampak oleh individu ketika menghadapi aktivitas berbicara di depan umum	1,2,3, 5,7,12	4,6,8,9 ,10,11	12
	Aspek Mental	Proses yang menghambat individu ketika melakukan aktivitas berbicara di depan umum	13,14,15, 16,17,18	19,20,21	9
	Aspek Emosional	Perasaan negative seperti tidak mampu, cemas, dan sebagainya yan dialami individu ketika akan menghadapi aktivitas berbicara di depan umum	22, 23, 24, 25, 26	27,28,29, 30	9
Jumlah					30

Lampiran 4. Angket Kecemasan Berbicara didepan Umum

ANGKET KECEMASAN BERBICARA DIDEPAN UMUM

D. Identitas Responden

Nama :
Kelas :
Sekolah :

(Tanda Tangan Responden)

E. Petunjuk Pengisian

4. Isilah identitas anda dengan jelas
5. Bacalah dengan teliti setiap pernyataan sebelum anda jawab
6. Berilah tanda checklist (√) pada salah satu pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan anda saat ini.

F. Keterangan jawaban

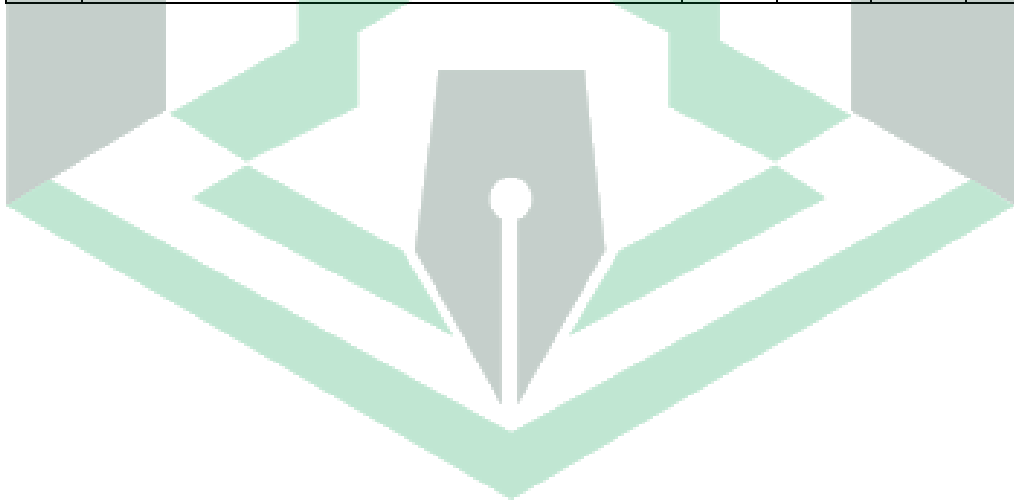
SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Tangan saya berkeringat ketika berbicara di depan umum				
2.	Kaki saya gemetar ketika berbicara di depan umum				
3.	Saya sering berkeringat saat berbicara di depan banyak orang				

4.	Saya tetap tenang ketika berbicara di depan orang banyak				
5.	Suara saya bergetar saat mempresentasikan makalah				
6.	Ketika berbicara di depan banyak orang, denyut jantung saya tetap normal				
7.	Tangan saya terasa dingin ketika saya melakukan presentasi di depan kelas				
8.	Saya dapat menatap peserta didik ketika melakukan presentasi di depan kelas				
9.	Saya dapat berbicara di depan umum dengan suara yang cukup jelas				
10.	Saya tetap tenang ketika mempresentasikan makalah di depan orang banyak				
11.	Melakukan presentasi sendiri di depan kelas, tidak akan membuat saya sesak nafas				
12.	Saya menggerak-gerakkan tangan secara otomatis ketika kesulitan menjawab pertanyaan dari peserta kulia				
13.	Pada saat presentasi di depan kelas, saya seringkali lupa mengutarakan beberapa point materi yang sudah dipersiapkan sebelumnya				
14.	Ketika berbicara di depan umum, saya mengalami kebingungan dan tidak tahu apa yang harus diucapkan selanjutnya				


15.	Saya terbata-bata dalam menyampaikan materi presentase				
16.	Saya sering kehilangan kata-kata ketika ingin menjawab pertanyaan dari dosen				
17.	Pada saat presentasi, saya menjadi lupa semua materi yang telah saya pelajari				
18.	Saat presentasi, saya merasa bingung dengan pertanyaan pertanyaan yang sulit dari teman teman				
19.	Saya dapat menjelaskan materi secara runtut ketika Presentasi				
20.	Saya menjelaskan materi presentasi dengan kalimat yang jelas dan terstruktur				
21.	Saya dapat mengemukakan gagasan atau ide dengan jelas dalam diskusi kelompok				
22.	Saya merasa takut untuk berbicara di depan umum				
23.	Saya takut bertanya kepada dosen di depan kelas saat Proses				
24.	Saya merasa takut bila bentuk pertanyaan dari para peserta kuliah, di luar dari bahan presentasi yang saya pelajari				
25.	aya merasa gelisah menunggu giliran				

	presentasi di depan orang banya				
26.	Pada saat diskusi kelompok tugas kuliah, saya sering merasa takut untuk mengemukakan pendapat atau ide				
27.	aya merasa mampu menjawab semua pertanyaan teman-teman dan dosen tiap kali saya presentasi di depan kelas				
28.	Saya berani bertanya kepada dosen di depan kelas, saat kuliah berlangsung.				
29.	Saya berani mengemukakan pendapat secara lisan saat diskusi kelompok				
30.	Saya merasa mampu menjawab semua pertanyaan teman-teman tiap kali saya presentasi di depan kelas				



Lampiran 5. Data Responden Efikasi Diri Siswa SMAN 14 Luwu


No.	Responden	Total Skor Angket Efikasi Diri
1	AD	12
2	AL	21
3	AN	20
4	ANI	22
5	SYA	27
6	HE	26
7	IK	26
8	SY	15
9	NH	29
10	RJ	37
11	FA	28
12	UKS	17
13	WL	35
14	PI	27
15	AL	29
16	AA	23
17	AM	14
18	AS	15
19	RU	31
20	HAS	36
21	MM	12
22	RI	13
23	MA	14
24	AI	16
25	DE	21
26	DZ	23
27	NUR	16
28	HA	20
29	HE	32
30	IRW	24
31	MUA	18
32	MAA	20
33	MR	24
34	AL	20
35	AME	24



36	AJ	17
37	ALH	27
38	AN	38
39	ASM	28
40	ASW	35
41	AZH	21
42	FI	15
43	HER	18
44	IM	24
45	IRD	29
46	IRM	17
47	SAH	18
48	ALF	26
49	AT	29
50	BU	14
51	DH	13
52	DN	26
53	DI	24
54	EN	30
55	EA	35
56	HS	30
57	HES	33
58	II	38
59	ISM	25
60	ISR	29
61	PWD	30
62	AF	17
63	ADR	32
64	AIS	27
65	AS	28
66	ALD	35
67	ALMA	30
68	ARD	27
69	ETI	28
70	EV	34
71	A	31

Lampiran 5. Data Responden Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa SMAN 14 Luwu

No.	Responden	Total Skor Angket Kecemasan Berbicara di Depan Umum
1	AD	105
2	AL	72
3	AN	67
4	ANI	66
5	SYA	50
6	HE	78
7	IK	67
8	SY	87
9	NH	87
10	RJ	72
11	FA	84
12	UKS	96
13	WL	72
14	PI	48
15	AL	54
16	AA	69
17	AM	96
18	AS	96
19	RU	72
20	HAS	72
21	MM	96
22	RI	96
23	MA	96
24	AI	72
25	DE	63
26	DZ	69
27	NUR	87
28	HA	80
29	HE	61
30	IRW	72
31	MUA	98
32	MAA	96
33	MR	72
34	AL	87



35	AME	72
36	AJ	72
37	ALH	72
38	AN	56
39	ASM	63
40	ASW	60
41	AZH	80
42	FI	96
43	HER	96
44	IM	72
45	IRD	64
46	IRM	89
47	SAH	86
48	ALF	63
49	AT	70
50	BU	103
51	DH	104
52	DN	78
53	DI	50
54	EN	72
55	EA	63
56	HS	75
57	HES	63
58	II	44
59	ISM	69
60	ISR	48
61	PWD	63
62	AF	103
63	ADR	56
64	AIS	81
65	AS	84
66	ALD	63
67	ALMA	63
68	ARD	81
69	ETI	50
70	EV	60
71	A	63

Lampiran 6. Tabulasi Data Efikai Diri

No.	RESPONDEN	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	TOTAL
1	AD	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	12
2	AL	3	1	3	2	1	1	3	1	3	3	21
3	AN	1	2	3	2	3	2	1	1	2	3	20
4	ANI	3	2	2	2	3	1	2	2	3	2	22
5	SYA	4	3	3	3	2	1	3	3	3	2	27
6	HE	4	2	3	2	2	4	1	1	4	3	26
7	IK	1	4	3	3	1	4	2	2	3	3	26
8	SY	2	2	1	3	2	1	1	1	1	1	15
9	NH	4	2	3	2	3	4	3	2	2	4	29
10	RJ	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	37
11	FA	4	4	3	2	3	2	3	2	2	3	28
12	UKS	3	2	1	2	3	1	1	2	1	1	17
13	WL	4	4	3	2	4	4	3	4	4	3	35
14	PI	4	2	3	3	3	3	2	3	3	1	27
15	AL	3	3	3	2	3	2	3	2	4	4	29
16	AA	4	1	2	3	1	3	2	3	3	1	23
17	AM	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	14
18	AS	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	15
19	RU	4	3	3	4	3	4	2	2	3	3	31
20	HAS	4	4	4	1	4	4	3	4	4	4	36
21	MM	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	12
22	RI	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	13
23	MA	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	14
24	AI	2	1	2	2	1	1	1	1	2	3	16
25	DE	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	21
26	DZ	3	3	3	3	3	2	1	2	1	2	23
27	NUR	1	3	1	2	1	3	1	1	1	2	16
28	HA	1	2	3	3	2	1	2	1	1	4	20
29	HE	3	3	3	2	4	2	3	4	4	4	32
30	IRW	3	1	1	2	2	3	1	4	3	4	24
31	MUA	1	1	1	4	2	1	1	3	2	2	18
32	MAA	1	2	2	4	1	2	1	3	2	2	20

33	MR	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	24
34	AL	3	2	2	3	3	1	1	2	1	2	20
35	AME	4	3	3	3	2	1	2	3	1	2	24
36	AJ	2	2	2	3	1	2	2	1	1	1	17
37	ALH	3	3	3	2	2	2	4	3	4	1	27
38	AN	2	2	2	2	3	3	4	3	3	4	28
39	ASM	1	1	1	2	2	1	2	3	2	3	18
40	ASW	4	2	4	3	4	3	3	4	4	4	35
41	AZH	3	1	1	4	2	3	2	1	1	3	21
42	FI	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	15
43	HER	3	1	2	2	1	1	3	2	1	2	18
44	IM	4	1	1	1	2	2	3	3	4	3	24
45	IRD	4	4	2	2	3	3	3	4	2	2	29
46	IRM	2	2	1	1	2	1	3	2	1	2	17
47	SAH	2	1	3	3	1	1	2	2	2	1	18
48	ALF	2	2	2	2	2	3	4	3	2	4	26
49	AT	2	3	3	3	1	4	3	4	3	3	29
50	BU	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	14
51	DH	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	13
52	DN	2	1	4	3	3	3	2	4	3	1	26
53	DI	1	1	4	3	1	3	3	4	2	2	24
54	EN	4	4	2	2	4	2	2	2	4	4	30
55	EA	4	4	4	4	4	3	4	3	3	2	35
56	HS	4	4	1	2	1	4	4	2	4	4	30
57	HES	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	33
58	II	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	38
59	ISM	3	3	3	3	4	3	2	2	1	2	26
60	ISR	4	3	4	3	3	4	2	3	2	1	29
61	PWD	2	3	3	3	2	4	4	1	4	4	30
62	AF	2	2	1	2	2	1	1	4	1	1	17
63	ADR	3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	32
64	AIS	4	1	3	3	3	3	2	3	3	2	27
65	AS	4	3	4	3	1	2	4	3	3	1	28
66	ALD	3	4	4	3	4	4	1	4	4	4	35
67	ALMA	3	3	2	2	4	1	3	4	4	4	30
68	ARD	4	2	4	3	1	3	4	2	2	2	27
69	ETI	2	4	4	3	4	2	3	2	2	2	28
70	EV	4	4	4	3	4	4	3	3	3	2	34

71	A	1	1	4	3	2	4	4	4	4	4	31
----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Lampiran 7. Tabulasi Data Kecemasan Berbicara Di Depan Umum

No.	RESPONDEN	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	X25	X26	X27	X28	X29	X30	TOTAL
1	AD	4	4	3	2	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	4	4	3	4	4	3	105
2	AL	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	72
3	AN	4	1	2	3	1	3	2	3	3	1	4	1	2	3	1	3	2	3	3	1	4	1	2	3	1	3	2	2	2	1	67
4	ANI	3	2	2	2	3	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	2	3	2	66
5	SYA	2	1	2	2	1	1	1	1	2	3	2	1	2	2	1	1	1	1	2	3	2	1	2	2	2	2	1	1	2	3	50
6	HE	4	2	3	2	2	4	1	1	4	3	4	2	3	2	2	4	1	1	4	3	4	2	3	2	2	4	1	1	4	3	78
7	IK	4	1	2	3	1	3	2	3	3	1	4	1	2	3	1	3	2	3	3	1	4	1	2	3	1	3	2	2	2	1	67
8	SY	4	4	2	2	3	3	3	4	2	2	4	4	2	2	3	3	3	4	2	2	4	4	2	2	3	3	3	4	2	2	87
9	NH	4	2	3	2	3	4	3	2	2	4	4	2	3	2	3	4	3	2	2	4	4	2	3	2	3	4	3	2	2	4	87
10	RJ	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	2	2	1	3	4	2	2	72
11	FA	4	4	3	2	3	2	3	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	2	3	4	4	3	2	3	4	4	3	2	2	3	84
12	UKS	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	96
13	WL	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	2	72
14	PI	2	1	2	2	1	1	1	1	2	3	2	1	2	1	1	1	1	1	2	3	2	1	2	2	1	1	1	1	2	3	48
15	AL	1	1	1	4	2	1	1	3	2	2	1	1	1	4	2	1	1	3	2	2	1	1	1	4	2	1	1	3	2	2	54
16	AA	4	1	2	3	1	3	2	3	3	1	4	1	2	3	1	3	2	3	3	1	4	1	2	3	1	3	2	3	3	1	69
17	AM	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	96
18	AS	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	96
19	RU	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	2	72
20	HAS	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	2	72
21	MM	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	96
22	RI	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	96
23	MA	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	96
24	AI	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	72
25	DE	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	63
26	DZ	3	3	3	3	3	2	1	2	1	2	3	3	3	3	3	2	1	2	1	2	3	3	3	3	3	2	1	2	1	2	69
27	NUR	4	2	3	2	3	4	3	2	2	4	4	2	3	3	4	3	2	2	4	4	2	3	2	3	4	3	2	2	4	4	87
28	HA	4	3	3	2	2	4	1	1	4	3	4	3	3	2	2	4	1	1	4	3	4	2	3	2	2	4	1	1	4	3	80
29	HE	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	2	3	1	2	3	2	2	1	1	3	2	3	1	2	3	2	2	1	1	3	61
30	IRW	3	1	1	2	2	3	1	4	3	4	3	1	1	2	2	3	1	4	3	4	3	1	1	2	2	3	1	4	3	4	72
31	MUA	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	98
32	MAA	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	96
33	MR	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	2	72
34	AL	4	2	3	2	3	4	3	2	2	4	4	2	3	4	3	2	2	4	4	2	3	2	3	2	3	4	3	2	2	4	87
35	AME	4	3	3	3	2	1	2	3	1	2	4	3	3	3	2	1	2	3	1	2	4	3	3	3	2	1	2	3	1	2	72
36	AJ	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	1	3	4	2	2	2	2	72
37	ALH	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	2	72
38	AN	2	2	2	3	1	2	2	1	1	2	2	2	3	1	2	2	1	1	3	2	2	2	2	3	1	2	2	2	3	1	56
39	ASM	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	63
40	ASW	3	2	2	3	3	1	1	2	1	2	3	2	2	3	3	1	1	2	1	2	3	2	2	3	3	1	1	2	1	2	60
41	AZH	4	3	3	2	2	4	1	1	4	3	4	3	3	2	2	4	1	1	4	3	4	2	3	2	2	4	1	1	4	3	80
42	FI	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	96
43	HER	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	96
44	IM	4	1	1	1	2	2	3	3	4	3	4	1	1	1	2	2	3	3	4	3	4	1	1	1	2	2	3	3	4	3	72
45	IRD	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	3	3	1	2	3	2	2	1	2	3	64
46	IRM	4	3	3	2	2	4	2	2	4	3	4	3	3	2	2	4	2	2	4	3	4	3	3	3	3	4	2	2	4	3	89
47	SAH	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	86
48	ALF	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	63
49	AT	3	3	3	3	3	2	1	2	1	2	3	3	3	3	2	1	2	1	2	3	3	3	3	3	3	2	1	2	2	2	70
50	BU	3	2	4	3	3	3	3	4	4	4	2	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	3	4	4	4	103
51	DH	3	2	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	2	4	3	4	3	3	4	4	4	104
52	DN	2	1	4	3	3	3	2	4	3	1	2	1	4	3	3	3	2	4	3	1	2	1	4	3	3	3	2	4	3	1	78
53	DI	2	1	1	2	1	1	2	2	3	1	2	1	2	2	1	2	2	1	3	1	2	3	2	2	2	1	2	1	1	1	50
54	EN	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	1	3	4	2	2	3	3	2	2	2	1	3	4	2	2	2	72
55	EA	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	2	3	1	2	3	2	2	1	2	3	63
56	HS	3	4	1	2	1	4	4	2	3	4	2	3	1	2	1	2	3	2	4	3	3	4	1	2	1	3	2	2	3	3	75
57	HES	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	3	3	1	2	3	2	2	1	1	3	63
58	II	1	3	1	2	1	2	1	1	1	2	1	3	1	2	1	2	1	1	1	2	1	3	1	2	1	2	1	1	1	1</	