

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN
BERBICARA DI DEPAN UMUM
(Pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang)**



SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf Dan Psikoterapi**

Oleh:

**RAHMA MAULINA FAJRIN
NIM: 1704046018**

**JURUSAN TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2022**

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN
BERBICARA DI DEPAN UMUM
(Pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang)**



SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf Dan Psikoterapi**

Oleh:

**RAHMA MAULINA FAJRIN
NIM: 1704046018**

**JURUSAN TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2022**

DEKLARASI KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rahma Maulina Fajrin
NIM : 1704046018
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora
Judul Skripsi : HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM (Pada
Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang)

Dengan penuh kejujuran dan tanggungjawab, peneliti menyatakan bahwa skripsi ini dikerjakan oleh peneliti dan tidak berisi materi yang pernah ditulis oleh orang lain atau telah diterbitkan oleh orang lain. Demikian juga, skripsi ini tidak berisi satupun pikiran-pikiran yang berasal dari orang lain, kecuali informasi yang terdapat dalam referensi yang dijadikan sebagai bahan rujukan peneliti.

Semarang, 12 September 2022

Deklarator



Rahma Maulina Fajrin

NIM : 1704046018

PERSETUJUAN PEMBIMBING

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM
(Pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang)**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf Dan Psikoterapi

Oleh:

RAHMA MAULINA FAJRIN

NIM: 1704046018

Semarang, 12 September 2022

Disetujui Oleh:

Pembimbing



Fitriyati, S.Psi., Msi

NIP. 196907252005012002

NOTA PEMBIMBING

Lampiran : -
Hal : Persetujuan Naskah Skripsi
Kepada :
Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
UIN Walisongo
Di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah melalui proses bimbingan dan adanya koreksi serta perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara :

Nama : Rahma Maulina Fajrin
NIM : 1704046018
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora
Judul Skripsi : HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM (Pada
Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang)

Dengan ini, kami mohon dengan hormat agar skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqosahkan. Demikian persetujuan skripsi ini kami sampaikan. Atas perhatiannya, kami ucapkan terima kasih. Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 12 September 2022
Pembimbing



Fitriyati, S.Psi., M.Psi

NIP. 196907252005012002



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Jalan. Prof. Dr. Hamka Km.01, Ngaliyan, Semarang 50189.
Telepon (024) 7601294, Website : ushuluddin.walisongo.ac.id

Hal : Nilai Bimbingan

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
UIN Walisongo
Di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat kami beritahukan, setelah kami membimbing skripsi mahasiswa/mahasiswi :

Nama : Rahma Maulina Fajrin

NIM : 1704046018

Judul : Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum (Pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang)

No.	Nama Pembimbing	Nilai
1.	Fitriyati, S.Psi., M.Psi	B (3,0)

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Semarang, 12 September 2022
Pembimbing

Fitriyati, S.Psi., M.Psi

NIP. 196907252005012002

SURAT KETERANGAN PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi atas di bawah ini:

Nama : Rahma Maulina Fajrin

NIM : 1704046018

Judul : Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum (Pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang)

Telah memunaqasyahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang pada tanggal 19 Oktober 2022 dan telah diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Agama dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora.

Semarang, 29 November 2022

Ketua Sidang Penguji I

Sekretaris Sidang / Penguji II

Ulin Ni'am Masruri, MA
NIP.197705022009011020

Syariful Anam, S.Th.I.,M.S.I
NIP.198401092019031001

Penguji III

Penguji IV

Otih Jembarwati,S.Psi.,M.A
NIP.197505082005012001

Hikmatun Balighoh N F,M.Psi
NIP.198804142019032011

Pembimbing

Fitriyati, S.Psi., M.Psi
NIP. 196907252005012002

MOTO

“Untuk sukses, kamu perlu mempercayai dirimu sendiri, terutama disaat tidak
seorangpun, yang percaya padamu”

– **Chairul Tanjung** –

PEDOMAN TRANSLITERASI

Penulisan ejaan Arab dalam skripsi ini berpedoman pada keputusan Menteri Agama dan Menteri Departemen Pendidikan Republik Indonesia Nomor : 158 Tahun 1987 dan nomor 0543b/U/1987. Transliterasi Arab-Latin adalah pengalihan hurufhuruf Arab dengan huruf-huruf Latin beserta perangkatnya. Pedoman transliterasi dalam skripsi ini yaitu sebagai berikut :

1. Konsonan

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

Huruf Arab	Nama	Huruf latin	Nama
ا	Alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	ba'	B	Be
ت	ta'	T	Te
ث	ša	š	Es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	ḥ	ḥ	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha'	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Žal	Ž	Ze (dengan titik bawah)
ر	Ra	R	Er
ز	Žai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan ye
ص	šad	š	Es (dengan titik dibawah)
ض	ḍad	ḍ	De (dengan titik di awah)
ط	ṭa'	ṭ	Te (dengan titik di bawah)
ظ	ẓa'	ẓ	Set (dengan titik di bawah)
ء	Ain	' _	Apostrof terbalik
غ	Gain	G	Ge
ف	fa'	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Qaf	K	Ka

ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Waw	W	We
ه	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 di tengah 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.

a. Vokal Tunggal

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

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَ	<i>Fathah</i>	A	A
ـِ	<i>Kasrah</i>	I	I
ـُ	<i>Dammah</i>	U	U

b. Vokal Rangkap

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

Tanda dan Huruf	Nama	Gabungan Huruf
يَ	<i>Fathah</i> dan ya	Ai
وَ	<i>Fathah</i> dan wau	Au

Contoh :

كيف : *kaifa*

هول : *hauula*

c. *Maddah*

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

Harkat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda
يَ / اَ	<i>Fathah</i> dan alif atau ya	Ā
يِ	<i>Kasrah</i> dan ya	Ī
يُ	<i>Dammah</i> dan wau	Ū

3. **Ta Marbutah (ة)**

Transliterasi untuk ta marbutah ada dua yaitu :

- a. Ta marbutah (ة) hidup
Ta marbutah (ة) yang hidup atau mendapat harkat fathah, kasrah dan dammah, transliterasinya adalah t.
- b. Ta marbutah (ة) mati
Ta marbutah (ة) yang mati atau mendapat harkat sukun transliterasinya adalah h.
- c. Kalau pada suatu kata yang akhir katanya ta marbutah (ة) diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang al, serta bacaan kedua kata itu terpisah maka ta marbutah (ة) itu ditransliterasikan dengan h.

Contoh :

الْمَدِينَةُ الْمُنَوَّرَةُ : al-Madīnah al-Munawwarah/al-Madīnatul Munawwarah

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrohim

Sembah sujud serta lantunan kalimat syukur kepada Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Atas taburan cinta dan kasih-Nya sehingga peneliti diberikan kekuatan, kesehatan dan dibekali ilmu yang berkah. Karena atas rahmat, taufik dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang” yang disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana strata 1 (S1) Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, bantuan, saran dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan penelitian ini.
2. Bapak Prof. Dr. H. Imam Taufiq, M.Ag, selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
3. Bapak Dr. H. Hasyim Muhammad, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.
4. Ibu Fitriyati, S.Psi, M.Psi, selaku Ketua Jurusan Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi serta Bapak Ulin Ni'am Masruri, M.A, selaku Sekretaris Jurusan Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Walisongo Semarang.
5. Ibu Fitriyati, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing sekaligus dosen wali studi yang telah berkenan dengan sabar meluangkan waktu untuk membantu, mendampingi, mengarahkan, meluangkan tenaga dan pikiran dalam memberikan arahan dari awal masuk perkuliahan hingga proses

bimbingan dalam menghadapi kesulitan yang dihadapi penulis selama proses penyusunan skripsi ini.

6. Kepada segenap Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Walisongo Semarang atas keikhlasan dan kesabarannya dalam membimbing dan memberikan ilmu yang bermanfaat kepada penulis selama perkuliahan.
7. Bapak Subekti (alm) dan Ibu Kuswati (almh), kedua orangtua tercinta meskipun raganya tidak lagi bersamaku namun akan selalu ada di dalam hati, selalu menjadi motivasi dan penyemangat untukku.
8. Mirza Anindya Pangestika dan Mohammad Ihsan, kakak dan adik tercinta yang selalu memberikan do'a dan semangat dalam penyusunan skripsi ini.
9. Kepada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 yang bersedia berkontribusi untuk menjadi responden dalam penelitian ini.
10. Kepada teman-teman kelas TP-A yang telah memberikan kenangan baik selama masa kuliah.
11. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan secara tidak langsung sudah membantu dan mendukung dalam proses penulisan skripsi ini.

Kepada yang telah disebutkan diatas, skripsi ini penulis persembahkan dan ucapkan banyak terima kasih. Pada akhirnya, penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini belum mencapai kesempurnaan. Namun, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis sendiri khususnya dan para pembaca pada umumnya guna membuka cakrawala keilmuan dalam bidang Tasawuf dan Psikologi.

Semarang, 12 September 2022

Penulis



Rahma Maulina Fajrin

NIM : 1704046018

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
DEKLARASI KEASLIAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
NOTA PEMBIMBING	iv
LEMBAR PENILAIAN PEMBIMBING	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
MOTTO	vii
PEDOMAN TRANSLITERASI	viii
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
ABSTRAK	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	8
D. Kajian Pustaka	9
E. Sistematika Penulisan	10
BAB II LANDASAN TEORI	12
A. Kecemasan Berbicara di Depan Umum	12
1. Pengertian Kecemasan Berbicara di Depan Umum	12
2. Aspek-Aspek Kecemasan Berbicara di Depan Umum	13
3. Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Berbicara di Depan Umum	15
4. Ciri-Ciri Kecemasan Berbicara di Depan Umum	17

5.	Indikator Kecemasan Berbicara di Depan Umum	17
B.	Kepercayaan Diri	18
1.	Pengertian Kepercayaan Diri	18
2.	Aspek- Aspek Kepercayaan Diri	19
3.	Faktor-faktor Penghambat Percaya Diri	20
4.	Indikator Percaya Diri	21
C.	Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum	22
E.	Hipotesis	24
BAB III	METODE PENELITIAN	25
A.	Jenis Penelitian	25
B.	Identifikasi Variabel	25
1.	Variabel Terikat (Dependent Variable)	25
2.	Variabel Bebas (Independent Variable)	25
C.	Definisi Operasional Variabel	26
D.	Populasi dan Sampel	27
1.	Populasi	27
2.	Sampel	27
E.	Metode Pengambilan Data	28
F.	Uji Instrumen Penelitian	30
1.	Uji Validitas	30
2.	Uji Reliabilitas	33
G.	Teknik Analisis Data	33
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
A.	Kancah Penelitian	35
1.	Gambaran Umum Objek Penelitian	35
2.	Visi , Misi dan Tujuan Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi .	35
B.	Hasil Penelitian	36
1.	Hasil Analisis Deskriptif	36
2.	Hasil Analisis Korelasi Product Momen	42
C.	Pembahasan	45

BAB V	PENUTUP	49
A.	Kesimpulan	49
B.	Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	54
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	92

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional Variabel	26
Tabel 3.2	Skor Item dalam Skala Angket Kecemasn Berbicara Di Depan Umum	29
Tabel 3.3	Skor Item dalam Skala Angket Kepercayaan Diri	30
Tabel 3.4	Hasil Uji Validitas Instrumen Angket Uji Coba Kecemasan Berbicara di Depan Umum	31
Tabel 3.5	Hasil Uji Validitas Instrumen Angket Kepercayaan Diri	32
Tabel 3.6	Uji Reliabilitas Instrumen Angket Uji Coba Kecemasan Berbicara di Depan Umum dan Instrumen Angket Kepercayaan Diri	33
Tabel 4.1	Kriteria Deskriptif Variabel Kecemasan Berbicara di Depan Umum	37
Tabel 4.2	Kriteria Deskriptif Variabel Kepercayaan Diri	38
Tabel 4.3	Hasil Uji Statistik Deskriptif Variabel Kecemasan Berbicara ...	38
Tabel 4.4	Deskriptif Variabel Kecemasan Berbicara di Depan Umum	39
Tabel 4.5	Hasil Uji Statistik Deskriptif Variabel Kepercayaan Diri	40
Tabel 4.6	Deskriptif Variabel Kepercayaan Diri	41
Tabel 4.7	Hasil Uji Normalitas	43
Tabel 4.8	Hasil Uji Linieritas	44
Tabel 4.9	Hasil Uji Hipotesis Korelasi Product Moment	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1	Grafik Kecemasan Berbicara di Depan Umum	39
Gambar 4.2	Grafik Kepercayaan Diri	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Angket Pra Penelitian Kecemasan Berbicara Di Depan Umum	55
Lampiran 2	Tabulasi Hasil Pra Penelitian Kecemasan Berbicara Di Depan Umum.....	57
Lampiran 3	Laporan Wawancara	61
Lampiran 4	Angket Uji Coba Kecemasan Berbicara Di Depan Umum dan Kepercayaan Diri	62
Lampiran 5	Tabulasi Hasil Uji Coba Angket Kecemasan Berbicara Di Depan Umum dan Kepercayaan Diri	68
Lampiran 6	Hasil Uji Instrumen Angket Kecemasan Berbicara Di Depan Umum dan Kepercayaan Diri	71
Lampiran 7	Angket Penelitian	73
Lampiran 8	Tabulasi Data Penelitian	80
Lampiran 9	Hasil Analisis Data Penelitian	89
Lampiran 10	Foto Dokumentasi	91

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN
BERBICARA DI DEPAN UMUM
(Pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang)**

Rahma Maulina Fajrin

ABSTRAK

Berbicara di depan umum, bukanlah hal yang mudah bagi mahasiswa, terlebih mereka yang merupakan mahasiswa baru. Kepercayaan diri menjadi hal yang berperan sangat penting dalam mengurangi rasa cemas yang timbul ketika mahasiswa berbicara di depan umum maupun saat presentasi di depan kelas.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi angkatan tahun 2021 Universitas Negeri Walisongo Semarang. Pada penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dan menggunakan analisis Korelasi Product Momen untuk menguji hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan berbicara di depan umum. Subyek penelitian ini adalah mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 Universitas Islam Negeri Walisongo dengan jumlah sampel sebanyak 100 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan dua buah skala sebagai alat ukur, yaitu skala kepercayaan diri yang diadopsi dari Faiqotul Himmah (2020) dan Personal Report of Public Speaking Anxiety oleh Mc.Croskey (1987) yang disusun dalam bentuk skala likert.

Berdasarkan hasil analisa Korelasi Product Moment ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum dengan $r = -0.663$ $p=0.000$. Hal ini berarti semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum, begitu pula sebaliknya semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa.

Kata Kunci : Kepercayaan Diri, Kecemasan Berbicara di Depan Umum

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak bisa hidup seorang diri. Manusia selalu memerlukan orang lain untuk berinteraksi. Salah satu bentuk interaksi yang paling sering dilakukan oleh manusia adalah dengan berkomunikasi. Manusia dalam kehidupan sehari-hari melakukan komunikasi tanpa menggunakan teori dan metode tertentu, di antaranya bahkan mampu berkomunikasi dengan sangat baik, sehingga semua pesan yang ingin disampaikan mudah untuk dipahami. Kemampuan berkomunikasi yang baik dapat menjadi bekal untuk karier pribadi dan sosial. Salah satu kemampuan berkomunikasi adalah kemampuan berbicara di depan publik atau sering disebut *public speaking*.¹

Kemampuan komunikasi di depan umum (*public speaking*) menjadi suatu tuntutan yang wajib dipenuhi dalam persaingan di era global. Hal ini menjadi penting untuk menghindari kesalahan penyampaian maksud dalam suatu forum, baik formal maupun informal. Berdasarkan penjelasan tersebut maka *public speaking* merupakan salah satu *soft skill* atau kemampuan yang penting untuk dimiliki oleh individu, tak terkecuali mahasiswa.

Kompetensi *public speaking* adalah kemampuan yang penting dimiliki oleh mahasiswa sebagai dalam mempersiapkan diri menghadapi dunia kerja maupun perkuliahan nantinya. Hal ini sesuai dengan pernyataan Bodie (2010) yang menyatakan bahwa kompetensi dalam berbicara di depan publik sangat penting bagi keberhasilan mahasiswa baik di dalam maupun di luar kelas, karena berbicara di depan umum adalah bagian penting dari tanggung jawab perguruan tinggi dan pekerjaan.² Senada dengan hal di atas, Wibowo (2017) juga mengemukakan bahwa kompetensi masa depan yang diperlukan dan penting dalam menghadapi arus globalisasi antara lain adalah dengan kemampuan

¹ Forletus Panggah Utama, *Kefektifan Konseling Kelompok Teknik Stress Inoculation Training dan Desensitisasi Sistematis Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara di Depan Publik Remaja Putri di Pondok Pesantren Roudlotussalam*, Tesis Universitas Negeri Semarang, 2022, hal. 1

² Bodie, G.D, *A Racing Heart, Rattling Knees, and Ruminative Thoughts : efining, Explanaing, and Treating Public Speaking Anxiety*, Communication Education, 2010

berkomunikasi, kemampuan berpikir jernih dan kritis, kemampuan mempertimbangkan segi moral suatu permasalahan, kemampuan menjadi warga negara yang bertanggungjawab, kemampuan mencoba untuk mengerti dan toleran terhadap pandangan yang berbeda, dan kemampuan hidup dalam masyarakat yang mengglobal.³

Hal serupa juga dikemukakan oleh Monarth dan Kase (2016) yang menyatakan bahwa salah satu kompetensi yang harus dimiliki oleh mahasiswa yaitu kemampuan berbicara di depan publik. Dimana, kemampuan tersebut sangat mendukung mahasiswa dalam melakukan perkuliahan, presentasi ujian skripsi ataupun dalam berorganisasi.⁴ Wahyuni (2014) juga yang mengatakan bahwa kemampuan berbahasa yang baik sangat diperlukan dalam mengungkapkan pikiran secara lisan agar orang lain yang mendengarkan bisa memahami apa saja yang sedang dibicarakan.⁵

Kemampuan untuk berkomunikasi di depan umum memang sangat penting untuk dimiliki oleh setiap individu, akan tetapi tidak semua individu memiliki kemampuan dan keberanian untuk melakukan hal tersebut. Banyak orang yang mengalami kecemasan ketika berbicara di depan umum. Hal ini sesuai dengan pendapat dari Bandiyah dan Luluk (dalam Wening, 2010) yang mengatakan bahwa melakukan komunikasi di hadapan banyak orang atau lebih dikenal dengan istilah public speaking dapat menimbulkan kecemasan bagi individu. Hal ini terjadi karena adanya rasa khawatir individu mendapat evaluasi atau kritikan dari orang lain terhadap apa yang disampaikannya.⁶ Bagi orang-orang yang memiliki kecemasan berbicara di depan umum, hal ini tentu saja merupakan tantangan yang

³ Wibowo, M.E, *Profesi Konselor dalam Kurikulum 2013 dan Permasalahannya*, Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan, 2017, hal. 63

⁴ Melinda Susanto, *Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana*, Skripsi Universitas Kristen Satya Wacana, 2018, hal. 3

⁵ Wahyuni. E, *Hubungan Self-efficacy dan Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum*, Jurnal Komunikasi Iskam, vol. 2, No. 1, 2014, hal. 52

⁶Wening Wihartati, *Efektivitas Focus Group Discussion (FGD) Dalam Mengurangi Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa BPI Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang Sebagai Calon Penyuluh*, Penelitian Individual, 2010, hal. 2

paling berat dan menakutkan, karena mereka berada pada keadaan yang tidak nyaman.⁷

Kecemasan berbicara di depan umum dapat dialami oleh semua orang, termasuk mahasiswa. Mahasiswa sebagai calon sarjana dituntut untuk bisa melakukan komunikasi dengan baik. Tidak semua mahasiswa mempunyai kemampuan komunikasi yang baik. Terutama mahasiswa yang masih berada di semester awal atau mahasiswa baru. Mereka harus menyesuaikan dengan lingkungan baru yang tentunya sangat berbeda dengan lingkungan sekolah sebelumnya. Jika pada proses pembelajaran saat mereka masih di bangku sekolah menengah/kejuruan, guru yang menjelaskan semua materi, berbeda dengan perkuliahan yang menuntut mahasiswa untuk lebih mandiri, aktif, kritis serta kreatif dalam berbicara menyampaikan gagasan di dalam kelas. Berdiskusi dan Tanya jawab dalam kelas, mengharuskan mahasiswa mempunyai kemampuan komunikasi dan berbahasa yang baik.

Menurut Santrock (2003) melihat dari perkembangan remaja, mahasiswa baru rata-rata berusia 17 – 20 tahun. Rentang usia tersebut masih tergolong remaja. Dimana terjadi perubahan yang signifikan baik pada perubahan tubuh, kognitif, dan psikologi.⁸ Tugas perkembangan remaja salah satunya yaitu mengembangkan kemampuan dalam komunikasi serta belajar berinteraksi dengan teman sebaya ataupun dengan orang lain, secara individual maupun kelompok. Keterampilan komunikasi interpersonal merupakan kemampuan yang sangat perlu dimiliki oleh remaja agar mereka mampu dalam melakukan interaksi dengan teman sebaya. Menurut penerapannya, kemampuan komunikasi interpersonal dapat terlihat dari kemampuan komunikasi di depan umum.⁹

Pada perguruan tinggi, tidak sedikit mahasiswa yang sulit untuk berbicara di depan umum, mereka mengalami kecemasan dalam berbicara pada saat presentasi di depan teman-teman dan dosen. McCroskey (2013) dalam Lisantias (2019) kecemasan komunikasi yaitu ketakutan yang dialami individu yang berhubungan dengan komunikasi baik secara langsung maupun tidak langsung dengan orang

⁷ Pratyahara, Dayu, *Fearless Public Speaking*, (Yogyakarta: New Diglossia, 2011), hal. 1

⁸ Jhon W.Santrock, *Adolescence. Perkembangan Remaja*, (Jakarta : Erlangga, 2003) , hal . 121

⁹ Yusuf, *Percaya Diri Pasti* , (Jakarta : Gema Insani, 2005), hal. 183

lain.¹⁰ Perasaan cemas saat berbicara di depan umum merupakan hal yang hampir pasti dialami semua orang. Bahkan orang yang sudah berpengalaman pun tidak luput dari perasaan ini. Menurut Harianti (2004), rasa cemas yang muncul pada saat berbicara di depan umum adalah suatu kondisi yang sifatnya sementara namun mengganggu dalam diri seseorang.¹¹ Menurut Osbone (2004), rasa cemas ini muncul dikarenakan beberapa sebab, salah satunya yaitu adanya rasa takut kepada orang yang mendengarkannya, seperti takut ditertawakan, takut bahwa dirinya hanya akan menjadi lelucon dan takut akan kritik, serta takut dirinya tidak menyenangkan.¹²

Devito (dalam Wening, 2010) individu yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum akan takut terlibat dalam hal komunikasi, hal ini disebabkan karena adanya perasaan yang negatif sebagai fungsi keterlibatannya dalam hal berbicara di depan umum, sehingga individu akan menghindari situasi berbicara di depan umum, apabila dipaksa hanya sedikit dalam berpartisipasi.¹³ Dewi dan Andrianto (dalam Baidi, 2014) menuturkan, reaksi fisiologis individu yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum yaitu muka memerah, detak jantung mengalami peningkatan, suara yang bergetar, mulut kering, berkeringat dingin, dan otot-otot tegang. Selain itu ciri yang lainnya yaitu adanya rasa khawatir, sukar dalam mengungkapkan kata-kata, dan berjalan-jalan di sekitar ruangan serta tidak dapat duduk dalam waktu lama.¹⁴

Agustiyana & Awalya (2016) menjelaskan bahwa individu dengan tingkat kecemasan berbicara tinggi terlihat ragu-ragu dan tidak terbuka dalam

¹⁰ Claudia Verra Lisianas,dkk, *Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Progdii Pendidikan Sejarah UKSW Salatiga*, Jurnal Psikologi Konseling, Vol. 15, No. 2, 2019, hal.432

¹¹ Harianti.N, *Hubungan antara Self-efficacy dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Wisnudharma Malang*, psikovidya, Vol. 18, No. 1, 2004, hal. 80

¹² Osbone.J.w, *Kiat Berbicara di Depan Umum untuk Eksekutif Jalan Menuju Keberhasilan*, (Jakarta : Bumi Aksara, 2004

¹³ Wening Wihartati, *Efektivitas Focus Group Discussion (FGD) Dalam Mengurangi Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa BPI Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang Sebagai Calon Penyuluh.....* 2010, hal. 2

¹⁴ Bukhori, Baidi, *Kecemasan Berbicara di Depan Umum Ditinjau dari Kepercayaan Diri dan Keaktifan dalam Organisasi Kemahasiswaan Studi pada mahasiswa fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo*, Penelitian Individual, 2014, hal. 1

menyatakan pendapatnya, cenderung akan menarik diri dari pergaulan dan berusaha sekecil mungkin berkomunikasi dan hanya berbicara ketika terdesak saja. Jika hal ini terus menerus dibiarkan akan menyebabkan individu tersebut terisolasi dari lingkungannya.¹⁵ Sejalan dengan hal tersebut Chaplin (2011) menjelaskan kecemasan merupakan perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai rasa-rasa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut. Artinya bahwa kecemasan merupakan perasaan takut dan perasaan ragu-ragu akan sesuatu yang akan dihadapi di saat mendatang tanpa ada alasan yang jelas.¹⁶

Berdasarkan beberapa penelitian diatas terkait kecemasan berbicara di depan umum bisa terlihat bahwasanya kemampuan berbicara di depan umum adalah hal penting bagi individu. Apabila individu tidak memiliki kemampuan berbicara didepan umum atau *public speaking* akan menghambat hubungan sosial dan intertepersonal individu tersebut.

Permasalahan terkait dengan kecemasan berbicara di depan umum banyak di alami oleh mahasiswa, tak terkecuali oleh mahasiswa baru angkatan tahun 2021 prodi Tasawuf dan Psikoterapi di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap 10 mahasiswa baru angkatan tahun 2021 prodi Tasawuf dan Psikoterapi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang didapatkan bahwasanya mereka mengalami kecemasan *public speaking* atau kemampuan berbicara didepan publik terutama apabila sedang melakukan presentasi materi perkuliahan di hadapan khalayak banyak. Mahasiswa menyebutkan bahwa ketika akan melakukan presentasi badan gemetar, berkeringat, rasa berdebar, dan paling mereka cemas apabila ada pertanyaan dari para *audients*. Ketidak yakinan yang muncul dalam bentuk rasa takut atau cemas menandakan adanya ketegangan yang sangat besar dalam dirinya. Menurut Astrid (2010), ketegangan inilah yang menyebabkan

¹⁵ Agustiyana,T ., Awalya, *Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Melalui Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik Sosiodrama*, Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application, Vol. 5 , No. 2, 2016, hal. 8-12

¹⁶ J.P Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2009) , hal. 32

tersumbatnya memori atau terganggunya kemampuan mengingat, keringat dingin dan jantung berdebar.¹⁷

Selain dari hasil wawancara, peneliti juga melakukan studi pendahuluan melalui angket secara online melalui *google form* yang diberikan kepada mahasiswa baru angkatan tahun 2021 prodi Tasawuf dan Psikoterapi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Penyebaran *google form* dilakukan selama tiga hari yaitu pada tanggal 17-19 Mei 2022. Sebanyak 64 mahasiswa baru mengisi *google form*, dan didapatkan data sebanyak 10 mahasiswa memiliki tingkat kecemasan berbicara di depan umum rendah, 24 mahasiswa memiliki tingkat kecemasan berbicara di depan umum sedang dan 30 mahasiswa memiliki tingkat kecemasan berbicara di depan umum tinggi.

Hasil studi pendahuluan di atas menunjukkan bahwa angka tertinggi yaitu 30 mahasiswa merasakan cemas saat berbicara di depan umum terutama di depan kelas, faktor penyebabnya diantaranya kurang percaya diri, merasa takut serta khawatir melakukan kesalahan, merasa tidak mampu menjawab pertanyaan teman-temannya serta kurangnya pengalaman dalam berbicara di depan umum, terutama di depan kelas. Terlebih sebelumnya pembelajaran dilakukan secara online karena adanya pandemi Covid-19, mahasiswa terbiasa melakukan presentasi secara online yang tidak secara langsung berhadapan dengan dosen maupun teman-temannya. Hal tersebut sedikit membuat mahasiswa tidak merasa cemas saat melakukan presentasi. Namun, kini mahasiswa sudah melakukan pembelajaran offline di kampus, dan mengharuskan mahasiswa melakukan presentasi secara langsung bertatap muka dengan dosen dan teman-temannya, hal ini membuat mahasiswa merasakan kecemasan berbicara saat presentasi di depan, karena sebelumnya hanya secara online atau tidak bertatap muka langsung. Mahasiswa merasa kurang percaya diri dan tidak terbiasa dengan berbicara atau presentasi di depan kelas.

Berdasarkan hasil dari wawancara dan angket yang sudah di sebar

¹⁷ Forletus Panggah Utama, *Kefektifan Konseling Kelompok Teknik Stress Inoculation Training dan Desensitisasi Sistematis Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara di Depan Publik Remaja Putri di Pondok Pesantren Roudlotussalam*, Tesis Universitas Negeri Semarang, 2022, hal. 4

diperoleh informasi bahwasanya salah satu faktor utama penyebab kecemasan mahasiswa untuk berbicara didepan umum adalah kurangnya kepercayaan diri yang dimiliki mahasiswa untuk melawan kecemasan yang muncul saat berbicara di depan umum. Ada sebagian mahasiswa merasa tidak nyaman ketika diharuskan berbicara di depan kelas.

Hal ini sesuai dengan pendapat Lautser (2002) yang mengatakan bahwa kepercayaan diri merupakan faktor utama yang mempengaruhi kecemasan seseorang saat berbicara di depan umum.¹⁸ Kepercayaan diri seseorang sangat berkaitan dengan kemampuan dalam berbicara di depan umum. Hal serupa juga diungkapkan oleh Yusuf (2019) mengatakan bahwa faktor individu yang mempengaruhi penampilan berbicara di depan umum yaitu kepercayaan diri yang kurang terhadap kemampuan yang dimiliki. Timbulnya ketidak yakinan pada diri sendiri menyebabkan adanya ketegangan dalam dirinya dan akan menimbulkan rasa cemas.¹⁹

Menurut Lautser (2002) kepercayaan diri adalah sikap atas kemampuan diri sendiri dalam tindakan-tindakannya, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat serta sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, bisa menerima dan menghargai orang lain, serta bisa mengenal kelebihan dan kekurangannya.²⁰ Kepercayaan diri memiliki peran yang sangat penting yaitu dalam mengurangi rasa cemas yang muncul ketika berbicara baik secara personal ataupun ketika berbicara di hadapan orang banyak. Lautser (2002), juga menjelaskan individu yang percaya diri, yaitu yakin atas kemampuan yang dimiliki, optimis, obyektif, rasional dan realistis.²¹

Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan Tuan dan Tran (2015), menunjukkan bahwa 62% kepercayaan diri mempengaruhi penampilan individu dalam berbicara. Adapun beberapa faktor yang

¹⁸ Lautser, P. *Tes Kepribadian (alih bahasa : D.H. Gulo)*, (Jakarta : PT. Bumi Aksara.2002), hal. 180

¹⁹ Yusuf , Y, *Problematik Guru Bahasa Indonesia Berkomunikasi Secara Efektif, Empatik, dan Santun dengan Peserta Didik*, Jurnal Tinta, 2019, Hal. 71-80

²⁰ Lautser, P. *Tes Kepribadian (alih bahasa : D.H. Gulo)* hal. 181

²¹ Ibid, hal. 190

mempengaruhi penampilan individu dalam berbicara di depan umum, yakni kepercayaan diri dan juga kecemasan.²² Selain itu, pada penelitian yang dilakukan oleh Susilawati (2017) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara.²³ Dari hal ini dapat dilihat bahwa kepercayaan diri memiliki peranan penting terhadap individu yang mengalami kecemasan ketika berbicara.

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang”

B. Rumusan Masalah

Adakah hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang ?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini yaitu:

Untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Adapun manfaat teoritis dan manfaat praktis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Peneliti ini diharapkan mampu memberikan masukan dan memperkaya pengetahuan tentang hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan

²² Tuan, N.H, Tran, N.M , *Factors Affecting Students Speaking Performance at Le Thanh Hien High School*, Asian Journal of Education Research , 2015, hal. 8-23

²³ Susilawati, *Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa Angkatan 2015 Program Studi Ilmu Perpustakaan Fakultas Adab dan Humaniora Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang*, Skripsi UIN raden Fatah Palembang, 2017, hal. 24

berbicara di depan umum kepada pihak terkait dan sebagai rujukan bagi peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Peneliti diharapkan mampu memberi sumber rujukan kepada mahasiswa tentang kepercayaan diri dan kecemasan berbicara di depan umum, sehingga diharapkan dapat memberi manfaat dalam pengembangan diri mahasiswa khususnya dalam meningkatkan kepercayaan diri dan mengurangi kecemasan berbicara di depan umum.

D. Kajian Pustaka

1. Caesaro, Yashifa (2019) Kepercayaan Diri dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa SMA. Skripsi, Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Dari hasil uji korelasi diperoleh informasi bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum yang ditunjukkan dengan hasil koefisien korelasi $r_{xy} = -0,433$ $p = 0,000$. Artinya semakin rendah skor kepercayaan diri maka semakin tinggi skor kecemasan berbicara di depan umum, dan jika semakin tinggi skor kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum. Kepercayaan diri memberikan sumbangan sebesar 18,75% dalam kecemasan berbicara di depan umum.
2. Faiqotul Himmah (2021) Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi. Malang : Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.: Dari hasil uji korelasi diperoleh informasi bahwa terdapat hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum dengan $r = -0,856$ $p = 0,000$. Artinya semakin tinggi tingkat kepercayaan diri mahasiswa maka akan semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum, dan sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri mahasiswa maka makin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum.

3. Erlis Tatar Aulina Harefa (2019) *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Berpikir Positif Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa*. Skripsi thesis, Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Hasil analisis regresi untuk variabel kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum menunjukkan $r = -0,449$ ($p < 0,050$), berarti hipotesis bahwa ada korelasi yang negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum diterima.
4. Susilawati (2017) *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Angkatan 2015 Program Studi Ilmu Perpustakaan Fakultas Adab dan Humaniora Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang*. Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang. Hasil uji hipotesis menunjukkan ada hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Angkatan 2015 Program Studi Ilmu Perpustakaan UIN Raden Fatah Palembang dengan $r = -0.574$ dan taraf signifikansi 0.000 ($p < 0,01$).

E. Sistematika Penulisan

Untuk memudahkan dalam pembahasan penelitian ini, maka penulis membuat sistematika penulisan berdasarkan bab, yaitu sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan

Bab yang menguraikan latar belakang permasalahan, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka dan sistematika penulisan.

BAB II Kajian Teori

Bab yang berisi landasan teori yang menjadi dasar penelitian, kerangka berpikir yang menggambarkan hubungan antar variabel penelitian serta hipotesis penelitian.

BAB III Metode Penelitian

Bab yang di dalamnya memuat metode penelitian yang akan membahas mengenai jenis penelitian, Identifikasi variabel, definisi operasional variabel, populasi dan sampel penelitian, metode

pengumpulan data, uji instrumen penelitian, dan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian.

BAB IV Hasil dan Pembahasan

Bab ini membahas secara deskriptif yang berkaitan dengan masalah penelitian, analisis, dan data yang digunakan. Bab ini juga membahas lebih mendalam mengenai uraian analisis hasil penelitian.

BAB V Penutup

Bab ini berisi mengenai kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan serta saran yang direkomendasikan oleh penulis yang dapat bermanfaat bagi peneliti selanjutnya dan bagi bank yang bersangkutan atas hasil penelitian ini.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Kecemasan Berbicara di Depan Umum

1. Pengertian Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Kecemasan berbicara merupakan suatu bentuk perilaku yang normal bagi setiap orang sebagai tingkatan ketakutan yang berhubungan dengan komunikasi langsung ataupun tidak langsung antara individu dengan individu yang lain. Hal ini sesuai dengan pendapat Mc.Croskey (2013) dalam Lisantias (2019), mendefinisikan kecemasan komunikasi sebagai ketakutan yang dialami individu yang berhubungan dengan komunikasi baik secara langsung maupun tidak langsung antara individu dengan individu lainnya.²⁴

Philips (dalam Ririn, Asmidir & Marjohan, 2013) juga menjelaskan bahwa kecemasan berbicara di depan umum dengan istilah *reticence*, yaitu ketidakmampuan individu untuk mengembangkan percakapan yang bukan disebabkan oleh kurangnya pengetahuan akan tetapi karena adanya ketidakmampuan dalam menyampaikan pesan secara sempurna, ditandai dengan adanya reaksi psikologis dan fisiologis.²⁵ Kemudian Fitrianingrum (2009) menjelaskan bahwa kecemasan dalam berkomunikasi merupakan suatu bentuk perilaku yang sering dialami banyak orang. Dalam lingkup akademis, kecemasan yang dialami oleh mahasiswa yaitu ketika akan mempresentasikan tulisan ilmiahnya ataupun dalam diskusi dengan orang lain maupun dalam kelompok.²⁶

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum adalah suatu kondisi yang tidak menyenangkan dan menimbulkan perasaan takut, tegang, prihatin serta khawatir akan sesuatu buruk akan terjadi yang berhubungan dengan komunikasi sehingga mengakibatkan

²⁴ Claudia Verra Lisantias,dkk, *Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Progd Pendidikan Sejarah UKSW Salatiga,* hal.432

²⁵ Ririn, Asmidir, Marjohan, *Hubungan Antara Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum*, KONSELOR Jurnal Ilmiah Konseling, vol. 2, No.1, 2013, hal. 274

²⁶ Fitrianingrum,Ulfah, *Perilaku Coping Pada Mahasiswa Psikologi Yang Mengalami Kecemasan Interpersonall*, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2009, hal. 10

ketidakmampuan individu dalam menyampaikan pesannya secara sempurna di hadapan umum.

2. Aspek-Aspek Kecemasan Berbicara di Depan Umum

McCroskey dalam Nevid (2011) mengklasifikasikan aspek-aspek kecemasan berbicara²⁷, diantaranya yaitu :

a. Aspek Afektif

Aspek afektif dari kecemasan dapat dibagi dua kelompok, yaitu aspek langsung dan berkepanjangan. Aspek langsung meliputi mulut kering, bernafas pendek, denyut nadi cepat, tekanan darah meningkat, kepala terasa berdenyut-denyut dan otot tegang. Sedangkan apabila kecemasan berkepanjangan yaitu mengakibatkan tekanan darah meningkat secara kronis, sakit kepala dan gangguan usus (kesulitan dalam pencernaan dan rasa nyeri pada perut).

b. Aspek Perilaku

Aspek perilaku dari kecemasan diantaranya yaitu berperilaku menghindar, terguncang, melekat dan dependen.

c. Aspek Fisiologis

Aspek fisiologis dari kecemasan yaitu pusing atau sakit kepala, kegelisahan, badan bergetar, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, lemas, panas dingin, mudah marah atau tersinggung serta merasakan sakit perut.

d. Aspek Kognitif

Aspek kognitif kecemasan yaitu khawatir tentang sesuatu perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang menakutkan terhadap sesuatu yang terjadi di masa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi, merasa takut tidak mampu mengatasi masalah, merasa kebingungan dan sulit berkonsentrasi.

²⁷ Nevid, J.S, Rhatus S.A, Greene.B, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta : Erlangga, 2005), hal. 160

Selain itu, Semiun Y (dalam Sri Wahyuni, 2014) juga menyebutkan ada empat aspek yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum, diantaranya adalah²⁸ :

a. Aspek Suasana Hati

Aspek suasana hati dalam gangguan kecemasan berbicara di depan umum adalah kecemasan, tegang, tidak percaya diri, panik dan kekhawatiran. Individu yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum dengan gangguan tersebut memiliki perasaan terancam dari sumber tertentu. Misalnya pada saat mahasiswa melakukan presentasi di depan kuliah, mahasiswa merasa terancam karena diperhatikan oleh banyak orang.

b. Aspek Kognitif

Aspek kognitif dalam kecemasan berbicara di depan umum menunjukkan kekhawatiran dan keprihatinan mengenai bencana yang diantisipasi oleh individu, misalnya individu yang takut berada di depan khalayak ramai dengan waktu yang lama, individu tersebut mengkhawatirkan mengenai hal-hal yang baginya tidak menyenangkan yang mungkin akan terjadi pada dirinya. Kemudian, individu tersebut merencanakan cara yang harus dilakukan untuk menghindari hal-hal yang tidak menyenangkan itu.

c. Aspek Somatik

Aspek somatik merupakan aspek yang terjadi di tubuh kita atau terjadi secara fisiologis. Aspek ini dibagi menjadi dua kelompok. Pertama, aspek yang terjadi secara langsung ketika individu sedang mengalami kecemasan, seperti tubuh berkeringat, mulut kering, nafas pendek, denyut nadi cepat, tekanan darah meningkat, kepala berdenyut-denyut, otot tegang. Kedua, apabila kecemasan itu berkepanjangan maka individu akan mengalami tekanan darah meningkat secara kronis, kepala terasa sakit, gangguan dalam pencernaan, dan perut terasa nyeri.

d. Aspek Motorik

²⁸ Sri Wahyuni, *Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi*, Jurnal Psikologi, vol. 2, No.1, 2014, hal. 53-54

Individu yang mengalami kecemasan pada saat berbicara di depan umum sering merasa tidak tenang, gugup sehingga kegiatan motoriknya menjadi tanpa arti dan tujuan. Misalnya, jari-jari kaki mengetuk-ngetuk, gerakan-gerakan tangan, dan individu menjadi mudah kaget terhadap suara yang terjadi secara tiba-tiba. Aspek –aspek motorik ini merupakan gambaran dari kognitif dan somatik yang tinggi pada individu dan merupakan usaha yang dilakukan individu untuk melindungi dirinya dari hal apa saja yang dianggap mengancam. Contohnya seperti pada saat mahasiswa mempresentasikan tugas di depan kelas, karena merasakan kecemasan maka mahasiswa tersebut menggerak-gerakkan tangan sambil menjelaskan materi yang disampaikan.

3. Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Individu dapat mengalami kecemasan kapan saja dan disebabkan oleh apa saja yang mengancam. Kecemasan di depan umum di pengaruhi oleh berbagai macam hal. Duran & Barlow (2015) mengatakan bahwa kecemasan tidak memiliki penyebab yang berdimensi tunggal yang sederhana tetapi berasal dari banyak sumber, diantaranya yaitu²⁹ :

a. Kontribusi Biologis

Kontribusi kecil dari banyak gen di wilayah – wilayah kromosom yang berbeda secara kolektif membuat individu rentan mengalami kecemasan.

b. Kontribusi Psikologis

Perasaan tidak mampu dalam mengontrol yang berkembang dari pengalaman-pengalaman awal maka seseorang akan sangat rentan terhadap kecemasan.

c. Kontribusi sosial

Peristiwa yang menimbulkan stress dapat memicu kerentanan kita terhadap kecemasan. Tekanan sosial dapat menimbulkan stress yang cukup kuat sehingga memicu terjadinya kecemasan. Rogers (2008) menjelaskan bahwa pola pikir yang keliru sangat berpengaruh terhadap kecemasan

²⁹ V. Mark Durand, David H. Barlow, *Intisari Psikologi Abnormal*, (Yogyakarta : Pustaka Belajar, 2006) , hal. 160-164

berbicara di depan umum. Individu yang hendak berbicara di depan umum berpikir bahwa dirinya sedang “diadili”, merasa bahwa penampilan, gerak-gerik, serta ucapannya sedang menjadi perhatian banyak orang.

Sementara itu Astrid (2010) dalam Utama (2022) , menyebutkan faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan berbicara di depan umum³⁰, diantaranya adalah :

a. Pengalaman Individu

Kurangnya pengalaman atau adanya pengalaman yang tidak menyenangkan yang dialami individu, mengakibatkan individu cenderung mempunyai pikiran dan perasaan yang negatif terhadap dirinya yang kemudian menghindari untuk berbicara di depan umum. Individu meyakini akan terjadinya kejadian yang buruk, meskipun pada kenyataannya tidak semua pikirannya akan menjadi nyata.

b. Citra Diri Individu

Kepercayaan diri sangat berpengaruh terhadap kecemasan saat berbicara di depan umum. Ketidak yakinan yang muncul dalam bentuk rasa takut atau cemas menandakan adanya ketegangan yang sangat besar dalam dirinya, yang menyebabkan tersumbatnya memori atau terganggunya kemampuan mengingat, keringat dingin dan jantung berdebar.

c. Perspektif Negatif

Individu merasa tidak mampu untuk melakukan suatu hal sehingga menimbulkan kecemasan. Individu memersepsikan situasi di sekitarnya tidak mendukungnya. Dengan situasi yang seperti itu, individu menilai dirinya tidak mampu.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor kecemasan berbicara di depan umum yaitu faktor pengalaman individu, citra diri individu dan perspektif negatif individu.

³⁰ Forletus Panggah Utama, *Kefektifan Konseling Kelompok Teknik Stress Inoculation Training dan Desensitisasi Sistematis Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara di Depan Publik Remaja Putri di Pondok Pesantren Roudlotussalam*, Tesis Universitas Negeri Semarang, 2022, hal. 39

4. Ciri-Ciri Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Mc Croskey (2009) dalam Utama (2022) yang menjelaskan bahwa individu mengalami kecemasan berbicara di depan umum akan mengalami pada ciri afektifnya. Pada ciri afektifnya mempengaruhi perilaku, fisiologis, dan kognitifnya, semua ciri tersebut saling timbal balik satu dengan yang lainnya.³¹

Bucklew (dalam Triantoro, 2012) menyebutkan bahwa ciri-ciri kecemasan berbicara di depan umum³² diantaranya yaitu :

a. Ciri Fisiologis

Ciri-ciri fisiologis yaitu ciri yang terlihat langsung dari fisik inividu saat mengalami kecemasan berbicara di depan umum, seperti anggota badan bergetar, beberapa bagian tubuh berkeringat, wajah memerah, denyut jantung cepat, dan tekanan darah meningkat.

b. Ciri Psikologis

Ciri-ciri ini berasal dari psikologis seseorang namun dapat terlihat secara langsung karena seseorang mengalami kesulitan dalam menyusun atau mengungkapkan kata-kata ketika berbicara di depan umum.

c. Ciri Perilaku Secara Umum

Ciri-ciri ini pada umumnya terjadi ketika individu mengalami kecemasan berbicara di depan umum , seperti berjalan-jalan di seputar ruangan, tidak dapat duduk dengan tenang, merokok terus menerus, dan tidak dapat santai.

Berdasarkan uraian di atas mengenai ciri-ciri kecemasan berbicara di depan umum, maka dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri kecemasan berbicara di depan umum diantaranya yaitu ciri fisiologis, psikologis dan ciri perilaku secara umum.

5. Indikator Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Pada penelitian ini indikator kecemasan berbicara di depan umum yang digunakan adalah aspek-aspek kecemasan berbicara yang dirumusan oleh

³¹ Forletus Panggah Utama, *Kefektifan Konseling Kelompok Teknik Stress Inoculation Training dan Desensitisasi Sistematis Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara di Depan Publik Remaja Putri di Pondok Pesantren Roudlotussalam* hal. 40

³² Triantoro, *Manajemen Emosi*. Jakarta : PT Bumi Ak, 2012, hal. 100

McCroskey dalam Nevid (2011). Aspek-aspek kecemasan berbicara tersebut telah digunakan oleh beberapa penelitian untuk mengukur kecemasan berbicara di depan umum, salah satunya yaitu pada penelitian Forletus Panggah Utama (2022). Indikator kecemasan berbicara di depan umum pada penelitian ini terdiri dari:

- a. Aspek Afektif
- b. Aspek Perilaku
- c. Aspek Fisiologis
- d. Aspek Kognitif

B. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Kemampuan untuk dapat berkomunikasi secara efektif sangat dituntut pada mahasiswa agar bisa melaksanakan semua kegiatan bermasyarakat nantinya, di tingkat perguruan tinggi negeri saja, mahasiswa dihadapkan pada situasi belajar yang menuntut mereka lebih mandiri, aktif, dan berinisiatif dalam mencari informasi. Manusia dikatakan berkualitas dan berguna apabila memiliki tingkat kepercayaan diri yang sangat tinggi dan bagus. Seseorang dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi akan membuat dirinya menjadi lebih positif.

Pada kenyataannya banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dengan orang lain (komunikasi interpersonal), baik dalam proses belajar di kelas maupun dalam suasana informal di luar kelas. Salah satu yang menjadi penyebab terjadinya kesulitan komunikasi interpersonal adalah rasa takut menerima tanggapan atau penilaian negatif dari komunikannya atau orang yang menerima pesan.

Lautser (2002) menjelaskan bahwa kepercayaan diri merupakan sikap atas kemampuan diri sendiri dalam tindakan-tindakannya, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat serta sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, bisa menerima dan menghargai orang lain, serta bisa mengenal kelebihan dan kekurangannya.³³ Ghufroon & Risnawita (2012) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah salah satu

³³ Lautser, P. *Tes Kepribadian (alih bahasa : D.H. Gulo)*,..... hal. 183

aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi dirinya, kepercayaan diri merupakan sesuatu yang urgen untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seorang anak (mahasiswa) maupun orangtua, secara individu maupun kelompok.³⁴

Lebih lanjut Taylor (2011) dalam Sri wahyuni (2014) juga menjelaskan bahwa rasa percaya diri adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk menampilkan perilaku tertentu atau mencapai target tertentu. Dengan kata lain kepercayaan diri adalah bagaimana kita merasakan diri kita sendiri dan perilaku kita akan merefleksikan tanpa kita sadari.³⁵

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat di simpulkan bahwa kepercayaan diri adalah kondisi jiwa seseorang yang memiliki perasaan yang positif sehingga dapat mengevaluasi diri sendiri untuk menjadi lebih baik dan merasa mampu atas apa yang telah dikerjakan untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

2. Aspek- Aspek Kepercayaan Diri

Lauster (2002) berpendapat bahwa ada beberapa aspek-aspek kepercayaan diri dalam diri seseorang diantaranya³⁶:

a. Keyakinan atas kemampuan diri

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan memiliki keyakinan atas kemampuan diri sendiri, yaitu suatu sikap positif seseorang tentang dirinya. Ketika seseorang memiliki keyakinan atas kemampuan dirinya maka ia mampu bersungguh-sungguh dalam melakukan apapun akan ia lakukan.

b. Optimis

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan memiliki rasa optimisme yang tinggi. Optimis adalah sikap yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.

³⁴ M. Nur Ghufron & Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media. 2012), Hlm 33-35

³⁵ Ibid, hal. 190

³⁶ Lautser, P. *Tes Kepribadian (alih bahasa : D.H. Gulo)*,..... hal. 195

c. Objektif

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan memiliki sikap yang objektif. Artinya orang memiliki kepercayaan diri akan berikap objektif, memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.

d. Bertanggung jawab

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan memiliki sikap bertanggung jawab, yaitu kesediaan untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

e. Rasional dan Realistis

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan selalu berikap rasionalis dan realistis, yaitu berikap analitis terhadap suatu masalah, suatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kepercayaan diri adalah kemampuan dan kepercayaan yang dimiliki sendiri, dapat bertindak dan berfikir realistis, memiliki pemikiran yang positif, tidak egois mementingkan diri sendiri.

3. Faktor-faktor Penghambat Percaya Diri

Syaifullah (2010) mengatakan bahwa sesuatu yang menghambat kepercayaan diri seseorang dapat menimbulkan masalah di dalam hidupnya antara lain³⁷:

a. Takut

Rasa takut dimiliki oleh semua orang, baik tua maupun muda. Baik yang memiliki intelektual yang tinggi ataupun biasa saja. Ketakutan yang dimiliki seseorang tidaklah berbahaya apabila ketakutan tersebut tidak berlebihan dan bisa memaknai dengan baik yaitu ketakutan adalah sifat manusia yang harus dimiliki dan masuk kedalam keterbatasan dan kekurangan yang dimiliki oleh setiap manusia. Melalui rasa takut dapat membuat kita bisa

³⁷ Syaifullah.. *Pengenalan Metode AHP (Analytical Hierarchy Process)*. Wedagama, Priyantha, dkk. *A pplying Fuzzy Analytic Hierarchy Process*. 2010. Hlm. 45

memperkaya potensi yang ada didalam diri kita. Akan tetapi apabila ketakutan tersebut dijadikan sebagai sesuatu yang membuat risau maka ketakutan tersebut akan mengganggu dan menjadi penyakit bagi hidup kita.

b. Cemas

Kecemasan adalah hal yang manusiawi yang dimiliki oleh setiap manusia. Kadar kecemasan yang dimiliki setiap orang berbeda-beda. Menurut Kartono kecemasan adalah rasa ragu, tidak berani menghadapi hal-hal yang belum memiliki kejelasan. Dengan definisi diatas dapat di tarik kesimpulan bahwa kecemasan adalah suatu hal yang dimiliki setiap seseorang yang muncul apabila dalam keadaan tertentu ,merasa terpojokan, tertekan dalam menghadapi masalah.

4. Indikator Percaya Diri

Teori Lautser (2002) tentang kepercayaan diri mengemukakan indikator orang yang percaya diri antara lain³⁸:

a. Percaya pada kemampuan sendiri.

Suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena yang terjadi tersebut.

b. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan.

Dapat bertindak dalam mengambil keputusan terhadap apa yang dilakukan secara mandiri atau tanpa adanya keterlibatan orang lain dan mampu untuk menyakini tindakan yang telah diambil.

c. Memiliki rasa positif pada diri sendiri.

Adanya penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan dan menimbulkan rasa positif terhadap diri serta masa depannya.

d. Berani mengungkapkan pendapat.

³⁸Lautser, P. *Tes Kepribadian (alih bahasa : D.H. Gulo)*,..... hal. 200

Adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa yang dapat menghambat pengungkapan tersebut.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa rasa percaya diri seseorang bukan merupakan sifat yang diturunkan melainkan diperoleh dari pergaulan hidup, serta dapat diajarkan dan ditanamkan melalui pendidikan. Dengan demikian rasa percaya diri terbentuk dan berkembang melalui proses belajar dalam berinteraksi dengan seseorang dan lingkungan. Dalam hal ini adalah mahasiswa dan mahasiswi harus memiliki rasa keyakinan untuk tetap mampu menghadapi setiap permasalahan ketika presentasi di depan kelas. Mahasiswa yang percaya diri selalu bersikap optimis dan yakin akan kemampuannya ketika berbicara didepan umum.

C. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Komunikasi merupakan sarana untuk mencukupi kebutuhan sosial. melalui komunikasi ini individu dapat memenuhi kebutuhan akan rasa ingin tahu, kebutuhan aktualisasi diri, kebutuhan menyampaikan ide, pemikiran, pengetahuan serta informasi secara timbal balik dengan individu lain. Komunikasi dilakukan oleh setiap individu tak terkecuali dilakukan oleh mahasiswa, seperti presentasi materi perkuliahan di depan kelas maupun saat berdiskusi dengan kelompok.

Kemampuan berkomunikasi di depan umum sangatlah penting dimiliki setiap individu, akan tetapi tidak semua individu memiliki kemampuan untuk melakukan hal tersebut. Banyak individu yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum, tak terkecuali mahasiswa. Tidak sedikit mahasiswa yang sulit untuk berbicara di depan umum, terutama mahasiswa yang masih berada di semester awal atau mahasiswa baru, mereka mengalami kecemasan dalam berbicara pada saat presentasi di depan kelas maupun pada saat berdiskusi dengan kelompok. Seperti yang dikemukakan oleh Bandiyah dan Luluk (dalam Wening, 2010) bahwa berbicara di depan umum dapat menimbulkan kecemasan bagi individu, yang disebabkan adanya rasa khawatir individu mendapat evaluasi atau kritikan

dari orang lain terhadap apa yang disampaikan.³⁹ Ada sebagian mahasiswa yang menganggap bahwa kegiatan berbicara di depan kelas adalah suatu hal yang ringan dan mudah untuk dilakukan, tapi tidak bagi sebagian mahasiswa lainnya. Mahasiswa yang merasa bahwa berbicara di depan umum adalah hal yang mudah dilakukan memiliki kepercayaan diri yang tinggi karena merasa dapat menguasai situasi dan memiliki keyakinan untuk memperoleh hasil yang baik dan memuaskan.

Kepercayaan diri merupakan kunci utama dalam berbicara di depan umum. Hal ini sesuai dengan pendapat Lautser (2002) yang mengatakan bahwa kepercayaan diri merupakan faktor utama yang mempengaruhi kecemasan seseorang saat berbicara di depan umum.⁴⁰ Kepercayaan diri seseorang sangat berkaitan dengan kemampuan dalam berbicara di depan umum. Hal serupa juga diungkapkan oleh Yusuf (2019) mengatakan bahwa faktor individu yang mempengaruhi penampilan berbicara di depan umum yaitu kepercayaan diri yang kurang terhadap kemampuan yang dimiliki. Timbulnya ketidak yakinan pada diri sendiri menyebabkan adanya ketegangan dalam dirinya dan akan menimbulkan rasa cemas.⁴¹

Menurut Lautser (2002) kepercayaan diri adalah sikap atas kemampuan diri sendiri dalam tindakan-tindakannya, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat serta sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, bisa menerima dan menghargai orang lain, serta bisa mengenal kelebihan dan kekurangannya.⁴² Kepercayaan diri di sini sangat penting dalam mengurangi rasa cemas yang muncul ketika berbicara di hadapan umum maupun secara personal.⁴³ Penelitian yang dilakukan oleh Susilawati (2017) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan. Dari hal ini dapat dilihat bahwa kepercayaan

³⁹Wening Wihartati, *Efektivitas Focus Group Discussion (FGD) Dalam Mengurangi Kecemasan Berbicara di Depan Umum*, 2010, hal. 2

⁴⁰ Lautser, P. *Tes Kepribadian (alih bahasa : D.H . Gulo)*, hal. 180

⁴¹ Yusuf , Y, *Problematik Guru Bahasa Indonesia Berkomunikasi Secara Efektif, Empatik, dan Santun dengan Peserta Didik*, Jurnal Tinta, Hal. 71-80

⁴² Lautser, P. *Tes Kepribadian (alih bahasa : D.H . Gulo)*, hal. 181

⁴³ Tuan, N.H, Tran, N.M , *Factors Affecting Students Speaking Performance at Le Thanh Hien High School*, Asian Journal of Education Research , 2015, hal. 8-23

diri memiliki peranan penting terhadap individu yang mengalami kecemasan ketika berbicara.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat ditarik benang merah bahwa kepercayaan diri memiliki peranan penting terhadap individu yang mengalami kecemasan ketika berbicara di depan umum. Individu yang memiliki kepercayaan tinggi, maka ia tidak akan mengalami kecemasan berbicara di depan umum. Begitu pula sebaliknya, individu yang memiliki kepercayaan diri rendah, maka akan mengalami kecemasan berbicara di depan umum.

D. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap pertanyaan penelitian. Hipotesis yang diajukan yaitu :

Ha : Ada hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Ho : Tidak ada hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.⁴⁴ Pada penelitian ini, pendekatan kuantitatif digunakan untuk menguji hipotesis mengenai hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum.

B. Identifikasi Variabel

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi untuk kemudian ditarik kesimpulannya. Dengan kata lain variabel penelitian yaitu segala sesuatu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan memperoleh informasi lalu diambil kesimpulan. Secara teoritis variabel dapat diartikan sebagai atribut seorang atau subjek yang mempunyai varian antara satu orang dengan yang lain, atau satu subjek dengan subjek yang lain.⁴⁵ Variabel dalam penelitian ini terdiri dari:

1. Variabel Terikat (Dependent Variable)

Variabel terikat (*dependent variable*) merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian yang menajadi variabel terikat adalah kecemasan berbicara di depan umum (Y).

2. Variabel Bebas (Independent Variable)

Variabel bebas (*independent variable*) merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab berubahnya atau timbulnya

⁴⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi* , (Bandung : Alfabeta, 2016) , hal. 11

⁴⁵ Ibid, hal. 63

varaibel terikat.⁴⁶ Dalam penelitian yang menajadi variabel bebas adalah kepercayaan diri (X).

C. Definisi Operasional Variabel

Operasional variabel merupakan suatu definisi dan dinyatakan dalam kriteria yang dapat diuji secara khusus. Definisi operasional untuk memberikan rujukan empiris apa saja yang dapat ditemukan di lapangan untuk menggambarkan secara tepat konsep yang dimaksud sehingga konsep tersebut dapat diamati dan diukur. Definisi operasional variabel penelitian ini adalah:

Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi	Indikator	Sub Indikator	Skala
Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Y)	Kecemasan berbicara/komunikasi adalah perilaku yang menimbulkan rasa takut yang dialami individu, berhubungan dengan komunikasi baik secara langsung maupun tidak langsung antara individu dengan individu lainnya. (Mc.Croskey, 2013)	Aspek Kognitif	<ul style="list-style-type: none"> • Sulit berkonsentrasi 	Likert
		Aspek Afektif	<ul style="list-style-type: none"> • Malu • Khawatir • Tegang • Gelisah • Putus asa 	
		Aspek Perilaku	<ul style="list-style-type: none"> • Muka tegang • Gugup • Kesukaran berbicara 	
		Aspek Fisiologis	<ul style="list-style-type: none"> • Gemetar • Jantung berdebar • Keringat dingin 	
Kepercayaan Diri (X)	Kepercayaan diri adalah sikap atas kemampuan diri sendiri dalam tindakan-tindakannya, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sukainya dan bertanggung	Percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki	<ul style="list-style-type: none"> • Kayakinan atas diri sendiri dalam mengatasi masalah 	Likert
		Dapat mengambil keputusan tanpa bantuan orang lain	<ul style="list-style-type: none"> • Dapat bertindak mandiri dalam mengambil keputusan tanpa bantuan 	

⁴⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi* hal. 64

Variabel	Definisi	Indikator	Sub Indikator	Skala
	jawab atas perbuatannya, hangat serta sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, bisa menerima dan menghargai orang lain, serta bisa mengenal kelebihan dan kekurangannya. (Lautser, 2002)		orang lain, mampu meyakini tindakan yang diambil	
		Merasa dirinya memiliki pemikiran yang positif	<ul style="list-style-type: none"> Memiliki penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, memiliki dorongan berprestasi 	
		Berani mengungkapkan pendapat	<ul style="list-style-type: none"> Mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan 	

Sumber: Forletus Pangah Utama (2022) dan Faiqotul Himmah (2020)

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Semua *subject* yang ada pada penelitian disebut populasi. Menurut Sugiyono (2016) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu, yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁴⁷ Pada penelitian ini, populasinya yaitu mahasiswa baru angkatan tahun 2021 Prodi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Walisongo Semarang yang berjumlah 133 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh suatu populasi.⁴⁸ Sampel merupakan perwakilan atau sebagian dari populasi yang

⁴⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi* hal. 297

⁴⁸ *Ibid*, hal. 297

diteliti. Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa sampel merupakan anggota populasi. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 133 orang mahasiswa, sehingga diperlukan penentuan jumlah sampel. Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin berikut ini :

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

Keterangan:

n : Ukuran sampel

N : Ukuran populasi

e : Persen kelonggaran ketidak telitian karena kesalahan pengambilan sampel yang masih dapat ditolelir/diinginkan yaitu 5%.

Sehingga besarnya sampel dalam penelitian ini adalah :

$$n = \frac{133}{1 + 133 * 0,05^2} = 99,81 = 100$$

Berdasarkan perhitungan di atas maka dapat diketahui bahwa jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini berjumlah 100 orang mahasiswa.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling* yang merupakan bagian dari *probability sampling*. *Probability Sampling* adalah teknik untuk memberikan peluang yang sama pada setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. *Simple random sampling* adalah cara pengambilan sampel dari anggota populasi dengan menggunakan acak tanpa memperhatikan strata (tingkatan) dalam anggota.⁴⁹

E. Metode Pengambilan Data

Metode pengumpulan data merupakan cara yang dilakukan dalam sebuah penelitian untuk mengumpulkan data yang diperlukan. Penelitian ini menggunakan satu metode pengumpulan data yaitu angket (kuesioner). Angket (kuesioner) adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara

⁴⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi* hal. 122

memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.⁵⁰

Angket dibedakan menjadi dua jenis yaitu angket terbuka dan tertutup. Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup. Angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden diminta untuk memilih satu jawaban yang sesuai dengan karakteristik dirinya dengan memberikan tanda silang (X) atau tanda *checklist* (✓). Metode angket dalam penelitian ini digunakan untuk memperoleh data mengenai kecemasan berbicara dan kepercayaan diri.

Pada penelitian ini, variabel kecemasan berbicara di depan umum diukur dengan menggunakan angket *Personal Report of Public Speaking Anxiety (PRPSA)*⁵¹ yang disusun oleh Mc.Croskey, terdiri dari 34 butir pernyataan yang telah diterjemah dan digunakan oleh beberapa peneliti untuk mengukur kecemasan berbicara di depan umum, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Forletus Panggah Utama (2022) dan Caludia Verra Lisianas, dkk (2019).

Skala pengukuran variabel kecemasan berbicara di depan umum dalam penelitian ini menggunakan skala *likert* dengan 5 alternatif jawaban yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu-Ragu (RR), Tidak Setuju (ST), Sangat Tidak Setuju (STS). Skor jawaban mempunyai nilai 1-5 sebagaimana dalam tabel 3.2 berikut ini :

**Tabel 3.2 Skor Item dalam Skala
Angket Kecemasan Berbicara Di Depan Umum**

Jawaban	Keterangan	Skor <i>Favorable</i>	Skor <i>Ufavorable</i>
SS	Sangat Setuju	5	1
S	Setuju	4	2
RR	Ragu-Ragu	3	3
ST	Tidak Setuju	2	4
STS	Sangat Tidak Setuju	1	5

Sumber : Data penelitian diolah, 2022

⁵⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi..... hal. 193*

⁵¹ Forletus Panggah Utama, *Kefektifan Konseling Kelompok Teknik Stress Inoculation Training dan Desensitisasi Sistematis Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara di Depan Publik Remaja Putri di Pondok Pesantren Roudlotussalam,.....hal. 97*

Sedangkan variabel kepercayaan diri diukur menggunakan kuesioner kepercayaan diri dengan menggunakan skala likert yang diadopsi dari peneliti sebelumnya yaitu Faiqotul Himmah (2020).

Pengukuran skala kepercayaan diri dalam penelitian ini menggunakan skala *likert* dengan 4 alternatif jawaban yaitu : Sangat Setuju (SS) , Setuju (S), Tidak Setuju (ST), Sangat Tidak Setuju (STS). Skor jawaban mempunyai nilai 1-4 sebagaimana dalam tabel 3.3 berikut ini :

**Tabel 3.3 Skor Item dalam Skala
Angket Kepercayaan Diri**

Jawaban	Keterangan	Skor <i>Favorable</i>	Skor <i>Ufavorable</i>
SS	Sangat Setuju	4	1
S	Setuju	3	2
ST	Tidak Setuju	2	3
STS	Sangat Tidak Setuju	1	4

Sumber : Data penelitian diolah, 2022

F. Uji Instrumen Penelitian

Sebelum instrumen penelitian digunakan untuk mengambil data penelitian, instrumen-instrumen penelitian tersebut diharuskan melalui serangkaian pengujian terlebih dahulu. Berikut merupakan serangkaian uji yang harus dipenuhi sebelum instrumen angket digunakan untuk mengambil data penelitian:

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument. Suatu instrumen dikatakan valid jika mampu mengukur apa yang diinginkan serta dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat.⁵²

a. Variabel Kecemasan Berbicara

Reponden uji coba angket kecemasan berbicara di depan umum dalam penelitian ini adalah mahasiswa prodi Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 UIN Walisongo Semarang yang tidak menjadi sampel penelitian sebanyak 30 orang responden.

⁵² Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian* , (Jakarta : Rineka Cipta, 2010) hal. 211

Pengujian uji validitas instrumen angket kecemasan berbicara di depan umum dalam penelitian ini menggunakan bantuan program *SPSS 21.0 for windows*.⁵³ Uji validitas instrumen angket kecemasan berbicara di depan umum ini dilakukan dengan melihat nilai *Corrected item total correlation*. Apabila nilai *Corrected item total correlation* > 0,30 maka butir instrumen dikatakan valid, sebaliknya jika nilai *Corrected item total correlation* < 0,30 maka butir instrumen dikatakan tidak valid.⁵⁴

Hasil uji validitas pada instrumen angket uji coba kecemasan berbicara di depan umum pada penelitian ini akan disajikan pada tabel 3.4 berikut ini:

Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Instrumen Angket Uji Coba Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Item-Total Statistics					
Nomor Item Soal	Corrected Item-Total Correlation	Keterangan	Nomor Item Soal	Corrected Item-Total Correlation	Keterangan
KB01	,690	Valid	KB18	,421	Valid
KB02	,494	Valid	KB19	,424	Valid
KB03	,709	Valid	KB20	,574	Valid
KB04	,424	Valid	KB21	,518	Valid
KB05	,741	Valid	KB22	,574	Valid
KB06	,566	Valid	KB23	,574	Valid
KB07	,691	Valid	KB24	,385	Valid
KB08	,616	Valid	KB25	,508	Valid
KB09	,588	Valid	KB26	,508	Valid
KB10	,530	Valid	KB27	,489	Valid
KB11	,460	Valid	KB28	,436	Valid
KB12	,529	Valid	KB29	,679	Valid
KB13	,547	Valid	KB30	,679	Valid
KB14	,626	Valid	KB31	,679	Valid
KB15	,673	Valid	KB32	,679	Valid
KB16	,656	Valid	KB33	,694	Valid
KB17	,590	Valid	KB34	,566	Valid

Sumber : Data penelitian diolah, 2022

⁵³ Esy Nur Aisyah, *Statistik Inferensial Parametrik*, (Malang: Unniversitas Negeri Malang, 2015), hal. 5

⁵⁴ Syaifudin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2013), hal. 79

Berdasarkan Tabel 3.4 diketahui bahwa semua item pernyataan pada angket kecemasan berbicara di depan umum memiliki nilai *Corrected item total correlation* > 0,30 sehingga dapat dikatakan semua item pernyataan dikatakan valid.

b. Variabel Kepercayaan Diri

Pengujian uji validitas instrumen angket kepercayaan diri ini menggunakan bantuan program *SPSS 20.0 for windows*. Uji validitas instrumen angket kepercayaan diri dilakukan dengan melihat nilai *Corrected item total correlation*. Apabila nilai *Corrected item total correlation* > 0,30 maka butir instrumen dikatakan valid, sebaliknya jika nilai *Corrected item total correlation* < 0,30 maka butir instrumen dikatakan tidak valid.

Adapun hasil uji validitas pada instrumen angket kepercayaan diri pada penelitian ini akan disajikan pada tabel 3.5 berikut ini:

**Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Instrumen
Angket Kepercayaan Diri**

Item-Total Statistics					
Nomor Item Soal	Corrected Item-Total Correlation	Keterangan	Nomor Item Soal	Corrected Item-Total Correlation	Keterangan
VAR00001	,388	Valid	VAR00012	,925	Valid
VAR00002	,836	Valid	VAR00013	,902	Valid
VAR00003	,838	Valid	VAR00014	,957	Valid
VAR00004	,851	Valid	VAR00015	,892	Valid
VAR00005	,836	Valid	VAR00016	,816	Valid
VAR00006	,852	Valid	VAR00017	,810	Valid
VAR00007	,846	Valid	VAR00018	,849	Valid
VAR00008	,872	Valid	VAR00019	,865	Valid
VAR00009	,786	Valid	VAR00020	,830	Valid
VAR00010	,748	Valid	VAR00021	,905	Valid
VAR00011	,818	Valid	VAR00022	,781	Valid

Sumber : Data Penelitian diolah (2022)

Berdasarkan Tabel 3.5 diketahui bahwa semua item pernyataan pada angket kecemasan berbicara di depan umum memiliki nilai *Corrected item total*

correlation > 0,30 sehingga dapat dikatakan semua item pernyataan dikatakan valid.

2. Uji Reliabilitas

Uji Reliabilitas Reliabilitas menunjukkan pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk dapat dipergunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen sudah cukup baik.⁵⁵ Uji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan bantuan program *SPSS*. Adapun dasar pengambilan keputusan pada uji reliabilitas instrumen adalah dengan melihat angka atau nilai *Cronbach Alpha*. Jika nilai *Cronbach Alpha* > 0,70 maka instrumen dikatakan reliabel, sebaliknya jika nilai *Cronbach Alpha* < 0,70 maka instrumen dikatakan tidak reliabel.⁵⁶

**Tabel 3.6 Uji Reliabilitas Instrumen Angket
Kecemasan Berbicara di Depan Umum dan Kepercayaan Diri**

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Kecemasan Berbicara di Depan Umum	.947	Reliabel
Kepercayaan Diri	.974	Reliabel

Sumber : Data Penelitian diolah (2022)

Berdasarkan tabel 3.6 diketahui bahwa seluruh hasil uji reliabilitas instrumen angket dikatakan reliabel. Hal ini ditunjukkan oleh seluruh skor *Cronbach's Alpha* adalah > dari 0,70. Sehingga seluruh item pernyataan dari instrumen penelitian ini dapat digunakan dalam pengumpulan data penelitian.

G. Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dari suatu penelitian harus dianalisis terlebih dahulu secara benar agar dapat ditarik suatu kesimpulan yang merupakan jawaban yang tepat dari permasalahan yang diajukan. Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain.⁵⁷ Adapun analisis data yang digunakan

⁵⁵ Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian* hal. 221

⁵⁶ Syaifudin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi* hal. 83

⁵⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi*..... hal. 332

dalam penelitian ini adalah Analisis Statistik Deskriptif dan Analisis Pearson Product Moment.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Kancan Penelitian

1. Gambaran Umum Objek Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang beralamat di Kampus II Universitas Islam Negeri Walisongo Jl. Prof. Dr. Hamka KM 1 Ngaliyan, Semarang.

Pada penelitian ini yang menjadi responden adalah mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang angkatan tahun 2021. Penelitian dilakukan selama 7 hari dimulai pada tanggal 26 Juni 2022 sampai dengan 2 Juli 2022. Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan dengan memberikan kuesioner (angket) untuk setiap variabel kepercayaan diri (X) dan variabel kecemasan berbicara (Y).

2. Visi , Misi dan Tujuan Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

a. Visi

Menjadi program studi yang unggul dalam riset ilmu-ilmu Tasawuf dan Psikoterapi berbasis pada kesatuan ilmu untuk kemanusiaan dan peradaban pada tahun 2038.

b. Misi

- 1) Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran ilmu-ilmu tasawuf dan psikoterapi dengan pendekatan kesatuan ilmu.
- 2) Menyelenggarakan riset ilmu-ilmu tasawuf dan psikoterapi untuk kemanusiaan dan peradaban.
- 3) Menyelenggarakan pengabdian dan pemberdayaan masyarakat berbasis pada riset ilmu-ilmu tasawuf dan psikoterapi.
- 4) Menggali dan mengembangkan nilai-nilai kearifan lokal.
- 5) Mengembangkan kerja sama dengan berbagai lembaga dalam skala regional, nasional dan internasional.

6) Mewujudkan tata kelola kelembagaan profesional.

c. Tujuan

- 1) Menghasilkan sarjana ilmu-ilmu tasawuf dan psikoterapi yang profesional dan berakhlak mulia.
- 2) Menghasilkan riset tasawuf dan psikoterapi yang kontributif bagi penyelesaian masalah kemanusiaan dan kebangsaan.
- 3) Menghasilkan karya pengabdian yang bermanfaat untuk mewujudkan masyarakat yang harmonis religius, sehat jasmani dan rohani.
- 4) Mewujudkan internalisasi nilai-nilai kearifan lokal dalam Tridharma Perguruan Tinggi.
- 5) Memperoleh hasil yang positif dan produktif dari kerja sama dengan berbagai lembaga dalam skala regional, nasional, dan internasional.
- 6) Lahirnya tata kelola program studi yang profesional berstandar internasional.

B. Hasil Penelitian

1. Hasil Analisis Deskriptif

Analisis statistik deskriptif digunakan untuk memberikan informasi mengenai berbagai karakteristik variabel dalam penelitian. Berbagai karakteristik tersebut dapat digambarkan melalui nilai tertinggi (maximum), nilai terkecil (minimum), nilai rata-rata (mean), dan standar deviasi.⁵⁸ Variabel independen dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri (KD) , sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini adalah kecemasan berbicara (KB) . Langkah-langkah untuk menentukan tabel kategori menurut Sudjana (2002) adalah sebagai berikut⁵⁹ :

- a. Menentukan rentang atau jangkauan, yaitu data terbesar dikurangi data terkecil.
- b. Menentukan banyak kelas interval yang diperlukan
- c. Menentukan panjang kelas interval (p)

⁵⁸ Imam Ghazali, *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS19*, (Semarang : Badan Penerbit Universitas Diponegoro, 2011) , hal 19

⁵⁹ Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*, (Bandung : PT Remaja Rosadakarya, 2014),hal. 47

$$p = \frac{\text{rentang}}{\text{banyak kelas}}$$

Kemudian hasil penelitian yang telah dilakukan dibuat tabel kriteria deskriptif untuk masing-masing variabel. Pada penelitian ini variabel kecemasan berbicara dikelompokkan menjadi 5 (lima) kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, cukup, rendah, dan sangat rendah. Kemudian untuk variabel kepercayaan diri, dikelompokkan menjadi 5 (lima) kategori yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang.

Untuk menentukan kategori deskriptif variabel kecemasan berbicara (Y) dibuat tabel kategori yang disusun dengan perhitungan sebagai berikut:

- a Nilai maksimum 34 x 5 = 170
- b Nilai minimum 34 x 1 = 34
- c Rentang 170 - 34 = 136
- d Interval 136 / 5 = 27,2

**Tabel 4.1 Kriteria Deskriptif
Variabel Kecemasan Berbicara**

No	Interval	Kriteria
1	143-170	Sangat Tinggi
2	116-142	Tinggi
3	89-115	Sedang
4	62-88	Rendah
5	34-61	Sangat Rendah

Sumber: Data penelitian diolah, 2022

Untuk menentukan kategori deskriptif variabel kepercayaan diri (X) dibuat tabel kategori yang disusun dengan perhitungan sebagai berikut:

- a Nilai maksimum 22 x 4 = 88
- b Nilai minimum 22 x 1 = 22
- c Rentang 88 - 22 = 66
- d Interval 66 / 5 = 13,20

**Tabel 4.2 Kriteria Deskriptif
Variabel Kepercayaan Diri**

No	Interval	Kriteria
1	75-88	Sangat Tinggi
2	62-74	Tinggi
3	49-61	Sedang
4	36-48	Rendah
5	22-35	Sangat Rendah

Sumber: Data penelitian diolah, 2022

Adapun hasil analisis deskriptif tiap variabel dalam penelitian ini akan dijelaskan sebagai berikut:

a. Variabel Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Mc.Croskey (2013) dalam Lisantias (2019), menjelaskan bahwa kecemasan komunikasi / berbicara sebagai ketakutan yang dialami individu yang berhubungan dengan komunikasi baik secara langsung maupun tidak langsung antara individu dengan individu lainnya.⁶⁰ Kecemasan berbicara yang dimaksud disini adalah kecemasan pada saat berbicara di depan kelas, presentasi materi di depan kelas, berdiskusi dengan orang lain di depan orang banyak pada saat di depan kelas. Kecemasan berbicara di depan umum adalah suatu kondisi yang tidak menyenangkan dan menimbulkan perasaan takut, tegang, prihatin serta khawatir akan sesuatu buruk akan terjadi yang berhubungan dengan komunikasi sehingga mengakibatkan ketidakmampuan individu dalam menyampaikan pesannya secara sempurna di hadapan umum.

Hasil uji statistik deskriptif untuk variabel kecemasan berbicara di depan umum akan disajikan pada tabel 4.3 berikut ini:

**Tabel 4.3 Hasil Uji Statistik Deskriptif
Variabel Kecemasan Berbicara**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecemasan Berbicara Di Depan Umum (Y)	100	80	151	122.06	7.612
Valid N (listwise)	100				

Sumber : Data penelitian diolah, 2022

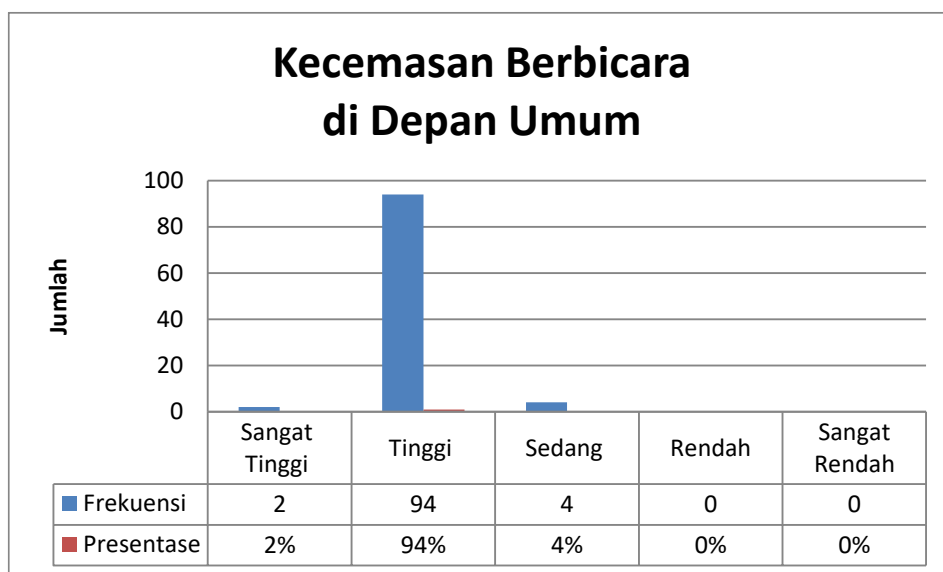
⁶⁰ Claudia Verra Lisantias,dkk, *Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Progd Pendidikan Sejarah UKSW Salatiga,* hal.432

Berdasarkan Tabel 4.3 diketahui bahwa hasil uji statistik deskriptif pada tabel dapat diketahui bahwa nilai N atau jumlah data yang diteliti pada variabel kecemasan berbicara berjumlah 100 dengan nilai tertinggi sebesar 151, nilai terendah sebesar 80, nilai standard deviasi sebesar 7,612 dan nilai rata-rata sebesar 122,06 berada dalam kategori tinggi. Kategori tinggi tersebut mengacu pada deskriptif variabel kecemasan berbicara pada tabel berikut ini.

Tabel 4.4 Deskriptif Variabel Kecemasan Berbicara

No	Interval	Frekuensi	Presentase	Kriteria
1	143-170	2	2%	Sangat Tinggi
2	116-142	94	94%	Tinggi
3	89-115	4	4%	Sedang
4	62-88	0	0%	Rendah
5	34-61	0	0%	Sangat Rendah
Jumlah		100	100%	

Sumber : Data penelitian diolah, 2022



Gambar 4.1 Grafik Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Sumber: Data penelitian diolah, 2022

Berdasarkan tabel 4.4 dan gambar 4.1 diatas, dapat diketahui bahwa 2 orang mahasiswa atau sebesar 2% mahasiswa memiliki tingkat kecemasan berbicara dalam kategori sangat tinggi, 94 orang mahasiswa atau sebesar 94% mahasiswa memiliki tingkat kecemasan berbicara dalam kategori tinggi, 4 orang mahasiswa

atau 4% mahasiswa memiliki tingkat kecemasan berbicara dalam kategori sedang, 0 orang mahasiswa atau sebesar 0% mahasiswa memiliki tingkat kecemasan berbicara dalam kategori rendah, dan 0 orang mahasiswa atau 0% mahasiswa memiliki tingkat kecemasan berbicara dalam kategori sangat rendah.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Univeristas Islam Negeri Walisongo Semarang angkatan 2021 memiliki tingkat kecemasan berbicara yang tinggi. Hal tersebut dibuktikan dengan perolehan nilai rata-rata variabel kecemasan berbicara yang sebesar 122,06 termasuk dalam kategori tinggi.

b. Variabel Kepercayaan Diri

Lautser (2002) , kepercayaan diri adalah keyakinan terhadap diri sendiri baik dalam segi kemampuan, penampilan, dan sebagainya yang kemudian dapat membangun rasa percaya diri untuk mampu melakukan atau menunjukkan suatu hal tertentu.⁶¹ Seseorang yang merasa mempunyai rasa percaya diri tidak akan ragu terhadap apa yang akan dilakukan sehingga dapat berpengaruh terhadap tindakannya.

Hasil uji statistik deskriptif untuk variabel kepercayaan diri akan disajikan pada tabel 4.5 berikut ini:

**Tabel 4.5 Hasil Uji Statistik Deskriptif
Variabel Kepercayaan Diri**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kepercayaan Diri (X)	100	50	80	58.62	4.052
Valid N (listwise)	100				

Sumber : Data penelitian diolah, 2022

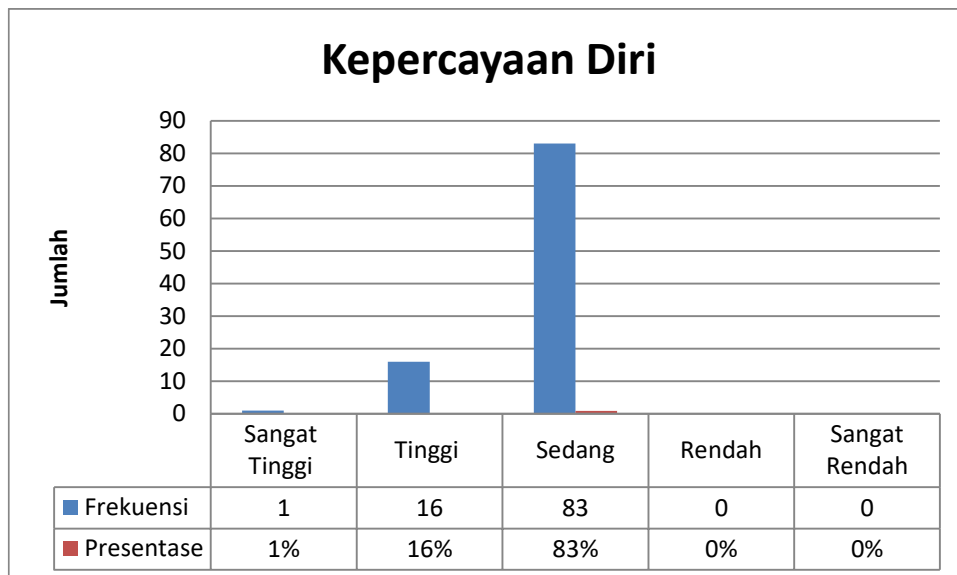
Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa hasil uji statistik deskriptif pada tabel dapat diketahui bahwa nilai N atau jumlah data yang diteliti pada variabel kepercayaan diri berjumlah 100 dengan nilai tertinggi sebesar 80 , nilai terendah sebesar 50 , nilai standard deviasi sebesar 4,052 dan nilai rata-rata sebesar 58,62 berada dalam kategori sedang. Kategori sedang tersebut mengacu pada deskriptif variabel kecemasan berbicara pada tabel berikut ini.

⁶¹ Lautser, P. *Tes Kepribadian (alih bahasa : D.H. Gulo)*, hal. 180

Tabel 4.6 Deskriptif Variabel Kepercayaan Diri

No	Interval	Frekuensi	Presentase	Kriteria
1	75-88	1	1%	Sangat Tinggi
2	62-74	16	16%	Tinggi
3	49-61	83	83%	Sedang
4	36-48	0	0%	Rendah
5	22-35	0	0%	Sangat Rendah
Jumlah		100	100%	

Sumber : Data penelitian diolah, 2022

**Gambar 4.2 Grafik Kepercayaan Diri**

Sumber: Data penelitian diolah, 2022

Berdasarkan tabel 4.6 dan gambar 4.2 diatas, dapat diketahui bahwa 1 orang mahasiswa atau sebesar 1% mahasiswa memiliki tingkat kepercayaan diri dalam kategori sangat tinggi, 16 orang mahasiswa atau sebesar 16% mahasiswa memiliki tingkat kepercayaan diri dalam kategori tinggi, 83 orang mahasiswa atau sebesar 83% mahasiswa memiliki tingkat kepercayaan diri dalam kategori sedang, 0 orang mahasiswa atau sebesar 0% mahasiswa memiliki tingkat kepercayaan diri dalam kategori rendah, dan 0 orang mahasiswa atau sebesar 0% mahasiswa memiliki tingkat kepercayaan diri dalam kategori sangat rendah.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Univeristas Islam Negeri Walisongo Semarang angkatan 2021 memiliki tingkat kepercayaan diri sedang . Hal tersebut dibuktikan dengan perolehan nilai rata-rata variabel kecemasan berbicara yang sebesar 58,62 termasuk dalam kategori sedang.

2. Hasil Analisis Korelasi Product Momen

Analisis korelasi *pearson product moment* adalah salah satu jenis analisis korelasi yang digunakan untuk mengetahui derajat kekuatan hubungan antara dua variabel yang berskala interval atau rasio. Analisis korelasi *pearson product moment* ini dipilih karena pada penelitian ini hanya menggunakan satu variabel bebas dan satu variabel terikat untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada Mahasiswa Angkatan 2021 Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Univeristas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Berikut merupakan serangkain pengujian pada analisis korelasi *pearson product moment* yang dilakukan pada penelitian ini:

a. Uji Prasyarat (Asumsi)

Sebelum melakukan uji hipotesis dengan menggunakan uji korelasi *pearson product moment* data penelitian perlu dilakukan uji prasyarat. Uji prasyarat ini dilakukan untuk mengetahui apakah data dapat dianalisis menggunakan statistik parametrik atau tidak. Adapun uji prasyarat yang akan dilakukan dalam penelitian ini terdiri dari:

1) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menentukan kenormalan dari data penelitian. Data yang baik dan layak digunakan dalam penelitian adalah data yang berdistribusi normal.⁶² Normalitas data dapat diketahui dengan menggunakan uji *Kolmogrov-Smirnov* dengan aplikasi SPSS versi 21.0.

⁶² Esy Nur Aisyah, *Statistik Inferensial Parametrik*, (Malang: Unniversitas Negeri Malang, 2015) , hal. 14

Adapun kaidah pengambilan keputusan ($\alpha = 0,05$) antara lain jika nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* < *level of significant (α)* maka data penelitian berdistribusi tidak normal, dan sebaliknya jika nilai jika nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* > *level of significant (α)* maka data penelitian berdistribusi normal. Hasil uji normalitas dengan menggunakan analisis statistik One-Sample Kolmogorov-Smirnov (K-S) akan disajikan pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	5,69975707
	Absolute	,109
Most Extreme Differences	Positive	,106
	Negative	-,109
Kolmogorov-Smirnov Z		1,090
Asymp. Sig. (2-tailed)		,186

a. Test distribution is Normal.

Sumber : Data penelitian diolah, 2022

Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel 4.7 diketahui bahwa nilai *Kolmogorov Smirnov* (K-S) menunjukkan hasil taraf signifikan lebih dari 0,05 yaitu 0,186. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal.

2) Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui kelinieran dari data penelitian.⁶³ Uji linieritas dilakukan dengan menggunakan *curve estimation* pada SPSS 21.0 yaitu gambaran hubungan linier antara variabel X dengan variabel Y. Jika nilai $\text{sig.f} < 0.05$, maka variabel X tersebut memiliki hubungan linier dengan variabel Y. Hasil uji linieritas dengan menggunakan analisis statistik *model summary and parameter estimates* akan disajikan pada tabel berikut ini:

⁶³ Esy Nur Aisyah, *Statistik Inferensial Parametrik*, (Malang: Unniversitas Negeri Malang, 2015), hal. 20

Tabel 4.8 Hasil Uji Linieritas

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	,439	76,767	1	98	,000	195,038	-1,245

Dependent Variable: Kecemasan Berbicara Di Depan Umum (KB)

The independent variable is Kepercayaan Diri (KD)

Sumber : Data penelitian diolah, 2022

Berdasarkan hasil uji linieritas pada tabel 4.8 diketahui bahwa nilai *model summary and parameter estimates* menunjukkan taraf signifikan kurang dari 0.05 yaitu 0.000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel X memiliki hubungan linier dengan variabel Y.

b. Uji Hipotesis

Uji Hipotesis bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan di antara variabel X dan Y. Analisis data dilakukan dengan bantuan program *SPSS* versi 21.0 *for windows*.⁶⁴ Penelitian ini merupakan penelitian *korelasional* sehingga teknis analisisnya menggunakan rumus *product moment*. Analisis *pearson product moment* juga salah satu dari beberapa jenis uji korelasi yang digunakan untuk mengetahui derajat keeratan hubungan 2 variabel yang berskala interval atau rasio, dimana dengan uji ini akan mengembalikan nilai koefisien korelasi yang nilainya berkisar antara -1, 0 dan 1. Nilai -1 artinya terdapat korelasi negatif yang sempurna, sedangkan 0 artinya tidak ada korelasi dan nilai 1 berarti ada korelasi positif yang sempurna.

Setelah semua uji prasyarat untuk melakukan analisis *korelasi pearson product moment* terpenuhi, maka langkah selanjutnya yang dilakukan penelitian adalah melakukan pengujian hipotesis menggunakan *korelasi product moment* . Pengujian menggunakan uji *1-tailed* dengan signifikansi 5%. Hipotesis yang digunakan adalah :

H_0 = tidak ada korelasi negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa

⁶⁴ Esy Nur Aisyah, *Statistik Inferensial Parametrik*, (Malang: Unniversitas Negeri Malang, 2015) , hal. 84

H_a = ada korelasi negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa

Adapun hasil pengujian One Way Anova akan ditunjukkan pada tabel 4.9 di bawah ini :

Tabel 4.9 Hasil Uji Hipotesis Korelasi Product Moment Correlations

		Kecemasan Berbicara (KB)	Kepercayaan Diri (KD)
Kecemasan Berbicara (KB)	Pearson Correlation	1	-,663**
	Sig. (1-tailed)		,000
	N	100	100
Kepercayaan Diri (KD)	Pearson Correlation	-,663**	1
	Sig. (1-tailed)	,000	
	N	100	100

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Sumber : Data penelitian diolah, 2022

Berdasarkan table 4.9 hasil SPSS 21.0 diatas, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi kurang dari 0.05 yaitu 0.000 dan nilai *person correlation* (r) sebesar - 0.663, sehingga H_a diterima dan H_o ditolak. Artinya terdapat hubungan signifikansi negatif antara variabel X (kepercayaan diri) dengan variabel Y (kecemasan berbicara).

C. Pembahasan

Hipotesis dalam penelitian ini adalah adakah korelasi negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Berdasarkan hasil analisis uji korelasi *product moment perason* menggunakan program SPSS 21.0 *for windows* diperoleh hasil bahwa nilai Signifikasinya sebesar 0,000 atau Sig (1-tiled) < 0,05 dan nilai koefisien korelasi sebesar -0,663 sehingga hipotesis **diterima**. Artinya ada korelasi negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Artinya, setiap kepercayaan diri naik 1 tingkat ,

maka kecemasan berbicara di depan umum turun sebesar $-0,663$. Begitu juga sebaliknya, apabila kecemasan berbicara di depan umum naik 1 tingkat, maka kepercayaan diri turun sebesar $-0,663$. Semakin tinggi tingkat kepercayaan diri maka kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang semakin rendah. Sebaliknya semakin rendah tingkat kepercayaan diri maka kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang semakin tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan penelitian yang dilakukan oleh Susilawati (2017) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara, dengan nilai koefisien korelasi sebesar $-0,396$, artinya, setiap kepercayaan diri naik 1 tingkat, maka kecemasan berbicara di depan umum turun sebesar $-0,396$. Begitu juga sebaliknya, apabila kecemasan berbicara di depan umum naik 1 tingkat, maka kepercayaan diri turun sebesar $-0,396$.⁶⁵ Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan cenderung memiliki tingkat kecemasan yang rendah dalam berbicara di depan umum. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Melinda Susanto (2018), hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan berbicara di depan umum dengan nilai koefisien korelasi sebesar $-0,411$, artinya, setiap kepercayaan diri naik 1 tingkat, maka kecemasan berbicara di depan umum turun sebesar $-0,411$.⁶⁶ Begitu juga sebaliknya, apabila kecemasan berbicara di depan umum naik 1 tingkat, maka kepercayaan diri turun sebesar $-0,411$. Serta penelitian yang dilakukan oleh Yashifa Caesaro (2019) hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan berbicara di

⁶⁵ Susilawati, *Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa Angkatan 2015 Program Studi Ilmu Perpustakaan Fakultas Adab dan Humaniora Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang*, Skripsi UIN raden Fatah Palembang, 2017, hal. 24

⁶⁶ Melinda Susanto, *Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana*, Skripsi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga, 2018

depan umum dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,433, artinya Artinya, setiap kepercayaan diri naik 1 tingkat , maka kecemasan berbicara di depan umum turun sebesar -0,433, artinya Artinya, setiap kepercayaan diri naik 1 tingkat , maka kecemasan berbicara di depan umum turun sebesar -0,433. Begitu juga sebaliknya, apabila kecemasan berbicara di depan umum naik 1 tingkat, maka kepercayaan diri turun sebesar -0,433.⁶⁷

Kecemasan berbicara di depan umum adalah suatu kondisi yang tidak menyenangkan dan menimbulkan perasaan takut, tegang, prihatin serta khawatir akan sesuatu buruk akan terjadi yang berhubungan dengan komunikasi sehingga mengakibatkan ketidakmampuan individu dalam menyampaikan pesannya secara sempurna di hadapan umum. Kecemasan berbicara dapat dipengaruhi beberapa faktor diantaranya kurangnya kepercayaan diri. Ketika seorang individu memiliki kepercayaan diri yang tinggi maka ia akan terhindar dari kecemasan berbicara begitupun sebaliknya.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Lautser (2002) yang mengatakan bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan seseorang saat berbicara di depan umum.⁶⁸ Pendapat yang sama juga dikemukakan oleh Yusuf (2009) yang menjelaskan bahwa faktor individu yang mempengaruhi penampilan berbicara di depan umum yaitu kepercayaan diri yang kurang terhadap kemampuan yang dimiliki. Ketidak yakinan pada diri sendiri menyebabkan adanya ketegangan dalam diri dan timbul rasa cemas.⁶⁹ Sebaliknya, kepercayaan diri yang tinggi membuat mahasiswa menjadi yakin terhadap kemampuan yang dimiliki sehingga tidak adanya kecemasan yang muncul saat berbicara di depan umum.

Tinggi rendahnya kepercayaan diri pada seorang individu dapat dilihat dan akan muncul ciri-ciri diantaranya berani mengungkapkan pendapatnya dimana individu tersebut sudah mampu dan berani mengungkap pendapatnya sendiri

⁶⁷ Yashifa Caesaro, *Kepercayaan Diri dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa SMA*. Skripsi, Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, 2019

⁶⁸ Lautser, P. *Tes Kepribadian (alih bahasa : D.H . Gulo)*.....hal.

⁶⁹ Yusuf , Y, *Problematik Guru Bahasa Indonesia Berkomunikasi Secara Efektif, Empatik, dan Santun dengan Peserta Didik*, Jurnal Tinta, Hal. 71-80

dengan rasa berani dan tanpa adanya paksaan dari orang lain. Apabila seseorang sudah memiliki kepercayaan diri maka orang tersebut tidak akan memiliki sifat yang menghindar yang merupakan salah satu ciri di dalam kecemasan.

Hal ini sesuai dengan pendapat Lautser (2002) yang mengatakan bahwa individu dengan kepercayaan diri yang tinggi memiliki keyakinan akan kemampuannya, lebih mudah menyesuaikan suasana yang menyenangkan sehingga tingkat kecemasannya rendah serta memiliki ketahanan diri yang seimbang. Jika individu dapat meningkatkan dan mengembangkan rasa percaya dirinya maka individu tidak akan merasa cemas apabila berbicara di depan umum.⁷⁰

Berdasarkan pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa apabila mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang mempunyai rasa percaya diri yang tinggi maka akan dapat menurunkan perasaan cemas yang ada ketika berbicara di depan umum. Sebaliknya, jika mahasiswa dengan kepercayaan diri yang rendah maka akan menilai dirinya kurang mampu dalam berbicara di depan umum dan menimbulkan perasaan cemas saat berbicara di depan umum dan disaksikan banyak orang.

Tinggi rendahnya kepercayaan diri pada individu dapat terlihat pada perilaku yang muncul saat individu berbicara di depan umum. Jika individu tersebut memiliki kepercayaan diri tinggi, maka individu tersebut mempunyai keberanian untuk mengungkapkan gagasannya di depan umum dengan baik. sebaliknya, jika kepercayaan diri rendah, individu tersebut cenderung menghindar dan takut untuk mengungkapkan gagasannya di depan umum.

⁷⁰Lautser, P. *Tes Kepribadian (alih bahasa : D.H. Gulo)hal. 182*

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasar pada hasil penelitian tentang Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, dengan berbagai uraian yang sudah dijelaskan di semua bab sebelumnya sehingga dapat peneliti menyimpulkan bahwa:

Ada hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa nilai signifikansi kurang dari 0.05 yaitu 0.000 dan nilai person correlation (r) sebesar -0.663. Nilai $r = -0.663$ dengan koefisien negatif diartikan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. Hal ini berarti semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum, begitu pula sebaliknya semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, terdapat beberapa saran bagi penelitian selanjutnya, saran-saran tersebut diantara yaitu :

1. Bagi Subjek Penelitian

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan negatif diantara kedua variabel, maka bagi mahasiswa diharapkan dapat lebih meningkatkan kepercayaan diri ketika berbicara di depan kelas, berguna untuk memasuki dunia kerja sebagai sarjana.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan lagi penelitian ini dengan faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kecemasan berbicara. Selain itu memperluas cakupan sampel penelitian pada semua

program studi agar bisa melihat hasil dan perbandingan pada semua program studi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiyana,T . (2016). *Awalya, Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Melalui Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik Sociodrama*. Indonesian Journal of Guidance an Counseling : Theory and Aplication, Vol. 5 , No. 2
- Aisyah,E.N. (2015). *Statistik Inferensial* Parametrik. Malang: Unniversitas Negeri Malang
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Azwar,S. (2013).*Penyusunan Skala Psikologi* , Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Sudjana,N. (2014). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung : PT Remaja Rosadakarya
- Bodie, G.D.. (2010) . *A Racing Heart, Rattling Knees, and Ruminative Thoughts : efining, Explanaing, and Treating Public Speaking Anxiety*. Communication Education
- Bukhori, B. (2014). *Kecemasan Berbicara di Depan Umum Ditinjau dari Kepercayaan Diri dan Keaktifan dalam Organisasi Kemahasiswaan Studi pada mahasiswa fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo*. Penelitian Individual
- Caesaro, Yashifa (2019) *Kepercayaan Diri dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa SMA*. Skripsi, Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
- Chaplin, J.P. (2009). *Kamus Lengkap Psikologi*, Jakarta : Raja Grafindo Persada
- Deiyanthi, N.M.F.S. & Wideasavitri,P.N. (2016). *Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Komunikasi dalam Mempresentasikan Tugas di Depan Kelas*. Jurnal Psikologi Udayana, Vol. 3, No. 2
- Duran, M, Bar;ow, D.H. (2006). *Intisari Psikologi Abnormal*. Yogyakarta : Pustaka Belajar
- Feist,J, Feist, G.J. (2014). *Teori Kepribadian*. Jakarta : Salemba Humanik. Edisi ke-7 (terjemahan Handrianto)
- Fitrianingrum,Ulfah. (2009). *Perilaku Coping Pada Mahasiswa Psikologi Yang Mengalami Kecemasan Interpersonall*, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2009

- Ghozali,I. (2011). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS19*. Semarang : Badan Penerbit Universitas Diponegoro
- Ghufron, M.Nur & Rini Risnawita . (2012). *Teori-teori Psikologi*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Harianti.N. (2004). *Hubungan antara Self-efficacy dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Wisnudharma Malang*, psikovidya, Vol. 18, No. 1
- Lautser. (2002). *Tes Kepribadian (alih bahasa : D.H. Gulo)*. Jakarta : PT. Bumi Aksara
- Jhon W.Santrock. (2003). *Adolescence. Perkembangan Remaja*, Jakarta : Erlangga
- Lisantias, C,V, J.T. Lobby L & Yustinus W. (2019). *Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Progd Pendidikan Sejarah UKSW Salatiga*, Jurnal Psikologi Konseling, Vol. 15, No. 2
- Mc.Croskey. (2013), *The Communication Apprehension Perspective*, Sage Publication New Jersey
- Nevid, J.S, Rhatus S.A, Greene.B. (2005). *Psikologi Abnormal*. Jakarta : Erlangga
- Osbone.J.w. (2004). *Kiat Berbicara di Depan Umum untuk Eksekutif Jalan Menuju Keberhasilan*. Jakarta : Bumi Aksara
- Pratyahara, Dayu. (2011). *Fearless Public Speaking*, Yogyakarta: New Diglossia
- Ririn, Asmidir & Marjohan. (2013). *Hubungan Antara Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum*, KONSELOR Jurnal Ilmiah Konseling, vol. 2, No.1
- Siska, Sudardjo, & Purnamaningsih, E. H. (2003). *Kepercayaan diri dan komunikasi interpersonal pada mahasiswa*. Jurnal Psikologi , Vol. 2, No. 2
- Susanto,M. (2018). *Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana*, Skripsi Universitas Kristen Satya Wacana
- Syaifullah. (2010). *Pengenalan Metode AHP (Analytical Hierarchy Process)*. Wedagama, Priyantha, dkk. *A pplying Fuzzy Analytic Hierarchy Process*
- Tuan, N.H, Tran, N.M. (2015). *Factors Affecting Students Speaking Performance at Le Thanh Hien High School*, Asian Journal of Education Research

- Utama, F.P. (2022). *Kefektifan Konseling Kelompok Teknik Stress Inoculation Training dan Desensitisasi Sistematis Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara di Depan Publik Remaja Putri di Pondok Pesantren Roudlotussalam*, Tesis Universitas Negeri Semarang
- Wahyuni. E. (2014). *Hubungan Self-efficacy dan Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum*, Jurnal Komunikasi Iskam, vol. 2, No. 1
- Wahyuni, S. (2014). *Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi*, Jurnal Psikologi, vol. 2, No.1 , 2014
- Wibowo, M.E. (2017). *Profesi Konselor dalam Kurikulum 2013 dan Permasalahannya*, Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan
- Wihartati, W. (2010). *Efektivitas Focus Group Discussion (FGD) Dalam Mengurangi Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa BPI Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang Sebagai Calon Penyuluh*, Penelitian Individual
- Yusuf,. (2005). *Percaya Diri Pasti*. Jakarta : Gema Insani
- Yusuf , Y. (2019). *Problematik Guru Bahasa Indonesia Berkomunikasi Secara Efektif, Empatik, dan Santun dengan Peserta Didik*, Jurnal Tinta

LAMPIRAN

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	RR	ST	STS
4	Saya merasa cemas ketika saya memikirkan pidato atau berbicara di depan umum nantinya					
5	Saya tidak memiliki ketakutan dalam berbicara di depan umum					
6	Ketika guru mengumumkan tugas presentasi atau pidato di depan kelas, saya merasa tegang					
7	Saya merasa rileks ketika berbicara di depan publik					
8	Saya terus menerus takut lupa akan apa yang telah saya siapkan untuk disampaikan					
9	Saya merasa bahwa saya sepenuhnya memiliki diri saya sendiri ketika berbicara di depan umum					
10	Saya berpeluh keringat ketika berbicara di depan umum					
11	Bagian tubuh tertentu terasa sangat tegang dan kaku ketika memberikan pidato atau berbicara di depan umum					
12	Ketika berbicara di depan umum, saya tahu saya dapat mengendalikan perasaan tegang dan stres saya					
13	Saya bernafas dengan cepat sebelum berbicara di depan umum					
14	Saya merasa nyaman dan santai pada jam sebelum berbicara di depan umum					
15	Pikiran saya jernih ketika berbicara di depan umum					
16	Saya tampil jelek saat berpidato karena saya cemas					
17	Ketika saya membuat kesalahan dalam berbicara di depan umum, saya sulit berkonsentrasi pada bagian selanjutnya					

Lampiran 2

**TABULASI HASIL PRA PENELITIAN
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM
MAHASISWA PRODI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI ANGKATAN TAHUN 2021 UIN WALISONGO SEMARANG**

No	RESPONDEN	KECEMASAN BERBICARA (Y)																	KRITERIA	
		KB 01	KB 02	KB 03	KB 04	KB 05	KB 06	KB 07	KB 08	KB 09	KB 10	KB 11	KB 12	KB 13	KB 14	KB 15	KB 16	KB 17		JLM
1	RES-001	4	4	3	4	4	4	5	5	2	4	5	3	4	2	2	5	4	64	Tinggi
2	RES-002	3	4	4	3	2	4	2	5	2	3	4	2	3	2	2	4	4	53	Sedang
3	RES-003	2	1	2	3	1	3	2	3	2	2	3	2	2	1	4	3	2	38	Rendah
4	RES-004	4	5	4	4	2	4	2	5	2	3	5	4	4	4	2	5	4	63	Tinggi
5	RES-005	4	4	5	5	1	4	2	4	4	5	5	2	4	2	5	5	4	65	Tinggi
6	RES-006	5	4	3	3	2	3	2	5	2	5	3	2	3	2	1	5	4	54	Sedang
7	RES-007	2	2	1	2	4	2	2	2	1	3	2	4	1	4	2	3	2	39	Rendah
8	RES-008	2	2	1	2	5	1	1	3	4	2	2	1	1	1	4	2	3	37	Rendah
9	RES-009	4	3	4	4	4	4	4	5	4	5	4	2	3	2	2	5	5	64	Tinggi
10	RES-010	4	5	4	4	5	4	1	5	2	3	4	2	3	5	5	5	4	65	Tinggi
11	RES-011	4	3	5	4	2	3	2	4	2	5	4	2	4	1	2	5	4	56	Sedang
12	RES-012	2	2	2	3	4	1	3	2	1	1	2	5	1	1	1	2	3	36	Rendah
13	RES-013	2	1	2	2	4	1	2	2	2	2	1	2	2	2	5	2	2	36	Rendah
14	RES-014	4	4	5	4	1	4	2	4	2	5	4	2	4	2	2	5	5	59	Sedang
15	RES-015	5	4	4	4	2	4	2	5	2	4	4	2	3	2	2	5	4	58	Sedang
16	RES-016	5	4	5	3	4	3	1	5	3	5	4	3	4	2	4	5	4	64	Tinggi

No	RESPONDEN	KECEMASAN BERBICARA (Y)																		KRITERIA
		KB 01	KB 02	KB 03	KB 04	KB 05	KB 06	KB 07	KB 08	KB 09	KB 10	KB 11	KB 12	KB 13	KB 14	KB 15	KB 16	KB 17	JLM	
17	RES-017	5	5	4	5	1	4	1	5	2	5	5	2	4	5	2	5	5	65	Tinggi
18	RES-018	1	2	2	2	4	1	1	1	4	2	1	1	2	4	4	3	2	37	Rendah
19	RES-019	2	2	2	1	2	1	1	1	3	2	2	3	2	2	4	2	2	34	Rendah
20	RES-020	5	4	4	4	4	5	2	4	2	5	4	2	3	2	4	5	5	64	Tinggi
21	RES-021	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	2	1	2	5	4	2	2	38	Rendah
22	RES-022	5	4	4	4	2	4	1	5	2	4	4	2	3	2	1	5	5	57	Sedang
23	RES-023	4	4	5	5	1	4	2	5	3	5	4	2	4	3	5	4	4	64	Tinggi
24	RES-024	5	4	5	4	1	5	1	5	1	5	4	1	5	2	1	5	5	59	Sedang
25	RES-025	4	5	4	4	4	4	2	4	2	4	4	2	4	2	5	5	5	64	Tinggi
26	RES-026	2	2	2	2	4	1	5	2	4	1	1	4	2	1	1	2	3	39	Rendah
27	RES-027	4	4	5	4	1	4	1	5	1	5	5	2	3	1	1	3	4	53	Sedang
28	RES-028	4	5	4	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4	3	4	5	4	64	Tinggi
29	RES-029	5	4	4	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	3	4	3	4	62	Sedang
30	RES-030	5	4	2	4	3	4	3	4	4	3	4	4	5	3	5	4	5	66	Tinggi
31	RES-031	5	4	2	5	4	4	3	4	4	4	5	4	4	2	4	4	5	67	Tinggi
32	RES-032	4	4	3	4	2	5	3	4	4	4	5	5	4	3	4	4	5	67	Tinggi
33	RES-033	5	5	4	5	3	4	3	4	4	4	5	4	4	3	4	4	5	70	Tinggi
34	RES-034	5	5	4	5	2	4	2	2	3	4	5	5	4	2	4	4	5	65	Tinggi
35	RES-035	4	4	2	4	2	4	2	2	3	4	5	4	4	2	4	4	5	59	Sedang
36	RES-036	4	4	4	3	3	4	2	4	3	4	5	4	4	3	4	5	5	65	Tinggi
37	RES-037	4	4	4	4	3	4	2	5	2	5	5	4	3	3	4	5	4	65	Tinggi

No	RESPONDEN	KECEMASAN BERBICARA (Y)																	KRITERIA	
		KB 01	KB 02	KB 03	KB 04	KB 05	KB 06	KB 07	KB 08	KB 09	KB 10	KB 11	KB 12	KB 13	KB 14	KB 15	KB 16	KB 17		JLM
38	RES-038	5	4	2	4	2	4	3	4	2	5	5	4	3	3	5	4	5	64	Tinggi
39	RES-039	5	4	4	4	2	3	2	4	2	5	5	4	4	2	4	4	4	62	Sedang
40	RES-040	4	5	4	4	2	3	2	3	3	4	5	4	3	3	4	4	5	62	Sedang
41	RES-041	5	4	5	5	2	4	2	4	2	3	5	3	3	5	4	4	4	64	Tinggi
42	RES-042	3	4	2	3	2	4	4	2	3	3	4	4	3	4	5	4	4	58	Sedang
43	RES-043	4	3	2	3	2	3	4	2	2	3	4	4	4	4	4	3	2	53	Sedang
44	RES-044	4	4	3	4	3	3	4	2	2	3	4	3	3	2	3	4	5	56	Sedang
45	RES-045	5	5	2	3	2	4	2	4	5	5	4	4	3	3	4	5	5	65	Tinggi
46	RES-046	4	5	3	4	2	2	3	2	2	4	3	4	3	2	3	5	5	56	Sedang
47	RES-047	4	4	2	2	2	3	5	2	3	4	5	3	4	3	4	5	4	59	Sedang
48	RES-048	4	4	3	4	3	4	2	2	4	3	4	4	3	3	4	3	4	58	Sedang
49	RES-049	4	5	3	4	3	4	2	3	3	4	4	4	3	5	3	4	5	63	Tinggi
50	RES-050	5	5	4	3	2	4	4	3	5	3	5	3	3	4	4	4	4	65	Tinggi
51	RES-051	4	4	3	4	2	3	3	3	3	4	5	4	4	5	4	5	5	65	Tinggi
52	RES-052	4	5	3	4	4	4	4	3	3	5	5	4	3	3	3	4	4	65	Tinggi
53	RES-053	5	4	3	4	2	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	5	58	Sedang
54	RES-054	4	5	3	3	2	4	2	2	3	3	4	3	3	2	3	4	5	55	Sedang
55	RES-055	5	5	4	4	4	4	2	2	4	4	4	3	3	2	5	4	5	64	Tinggi
56	RES-056	4	5	2	3	2	3	3	2	3	4	4	3	4	2	4	4	5	57	Sedang
57	RES-057	4	4	2	5	2	4	3	2	4	5	5	5	5	3	4	3	4	64	Tinggi
58	RES-058	4	4	3	4	2	4	2	2	2	4	5	5	3	4	4	5	5	62	Sedang

No	RESPONDEN	KECEMASAN BERBICARA (Y)																	KRITERIA	
		KB 01	KB 02	KB 03	KB 04	KB 05	KB 06	KB 07	KB 08	KB 09	KB 10	KB 11	KB 12	KB 13	KB 14	KB 15	KB 16	KB 17		JLM
59	RES-059	4	4	3	3	2	4	4	2	3	3	4	3	3	2	4	4	5	57	Sedang
60	RES-060	4	4	4	4	5	3	2	4	2	4	4	4	4	2	5	4	5	64	Tinggi
61	RES-061	4	5	5	4	1	5	4	4	2	4	5	5	4	1	2	5	5	65	Tinggi
62	RES-062	2	1	3	2	1	2	2	3	1	2	2	5	2	2	4	2	2	38	Rendah
63	RES-063	4	4	4	4	2	5	1	5	1	5	5	1	4	2	1	5	5	58	Sedang
64	RES-064	4	4	4	3	2	4	4	4	5	4	3	2	3	5	2	5	5	63	Tinggi

Perhitungan Interval Kategori Kecemasan Berbicara

Nilai Maksimum $17 \times 5 = 85$
 Nilai Minimum $17 \times 1 = 17$
 Rentang $85 - 17 = 68$
 Interval $68 / 3 = 22,7$

REKAP DATA

Interval	Kategori	Frekuensi	Prosentase
63 - 85	Tinggi	10	47 %
40 - 62	Sedang	24	38 %
17 - 39	Rendah	30	16 %
Jumlah		64	100%

Lampiran 3

LAPORAN WAWANCARA

- Judul : Kepercayaan Diri, Kecemasan Bicara di Depan Umum, Presentasi
- Tujuan : Mengetahui Tingkat Kecemasan Berbicara di Depan Umum dan Kepercayaan Diri
- Pelaksanaan
- Hari : Selasa
- Tanggal : 17 Mei 2022
- Waktu : 10.00 WIB
- Tempat : Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, Kampus II UIN Walisongo Semarang
- Pewawancara : Rahma Maulina Fajrin
- Narasumber : Mahasiswa Prodi Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021 UIN Walisongo Semarang
- Hasil :
1. Pertanyaan : Apa yang dirasakan saudara ketika berbicara di depan umum/ saat presentasi di depan kelas ?
Jawaban :
 - Ya cemas, ya keringat dingin mba, gemeteran
 - Suka lupa yang mau disampaikan mba, gugup
 2. Pertanyaan : Apakah saudara bisa berkonsentrasi ketika berbicara di depan umum ?
Jawaban :
 - Kadang bisa, kadang buyar semua mba
 - Susah mba, karna udah keburu gemeter pas di depan
 3. Pertanyaan : Apa ada rasa malu, khawatir, tegang dan gelisah saat berbicara di depan umum ?
Jawaban :
 - Pasti ada mba, karna kurang percaya diri dan belum terbiasa juga.
 - Khawatir , takut , tegang, keringat dingin bercampur mba, tapi sedikit-sedikit berusaha buat bisa ngomong di depan.
 4. Pertanyaan : Apa hal yang saudara khawatirkan / takutkan ketika berbicara di depan umum/ presentasi di kelas ?
Jawaban :
 - Takut kalo pas udah di depan lupa yang mau disampaikan apa mba, buyar gitu lo
 - Sesi tanya jawab mba, takut ngga bisa jawab pertanyaan-pertanyaannya
 5. Pertanyaan : Jika berbicara di depan depan apakah saudara merasa kesulitan / terbata-bata dalam menyampaikan pendapat ?
Jawaban :
 - Pasti mba, seringnya belibet kalo pas ngomong
 - Kata-katanya kadang salah mba, terus sering juga kebalik-kebalik.

D. Angket Uji Coba

KECEMASAN BERBICARA						
Petunjuk Pengisian :						
Bacalah setiap pernyataan yang ada di bawah ini dengan seksama. Berilah tanda checklist (√) pada jawaban yang Anda pilih sesuai dengan keadaan diri.						
SS = Sangat Setuju						
S = Setuju						
RR = Ragu-Ragu						
TS = Tidak Setuju						
STS = Sangat Tidak Setuju						
No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	RR	ST	STS
1	Ketika mempersiapkan untuk berbicara di depan umum, saya merasa tegang dan gugup					
2	Saya merasa tegang ketika saya melihat kata “ pidato” dan “pidato di depan umum” pada rencana pembelajaran ketika pembelajaran					
3	Pikiran saya menjadi bingung ketika saya sedang memberikan pidato atau berbicara di depan umum					
4	Setelah berpidato atau berbicara di depan umum, saya merasa memiliki pengalaman yang menyenangkan					
5	Saya merasa cemas ketika saya memikirkan pidato atau berbicara di depan umum nantinya					
6	Saya tidak memiliki ketakutan dalam berbicara di depan umum					
7	Meskipun saya gugup sebelum berbicara di depan publik, saya segera menyesuaikan diri setelah memulai dan merasa tenang serta nyaman					
8	Saya berharap saya bisa berbicara di depan umum					

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	RR	ST	STS
9	Ketika guru mengumumkan tugas presentasi atau pidato di depan kelas, saya merasa tegang					
10	Tangan saya bergetar ketika berbicara di depan publik					
11	Saya merasa rileks ketika berbicara di depan publik					
12	Saya menikmati persiapan berbicara di depan publik					
13	Saya terus menerus takut takut lupa akan apa yang telah saya siapkan untuk disampaikan					
14	Saya merasa cemas ketika seseorang bertanya sesuatu tentang topik yang saya tidak ketahui					
15	Saya memiliki harapan untuk percaya diri ketika berbicara di depan umum					
16	Saya merasa bahwa saya sepenuhnya memiliki diri saya sendiri ketika berbicara di depan umum					
17	Pikiran saya jernih ketika berbicara di depan umum					
18	Saya tidak takut ketika berbicara di depan umum					
19	Saya berpeluh keringat ketika berbicara di depan umum					
20	Jantung saya berdetak sangat cepat saat saya memulai berbicara di depan umum					
21	Saya mengalami kegelisahan yang amat sangat ketika duduk di ruangan saat pidato/berbicara di depan publik dimulai					

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	RR	ST	STS
22	Bagian tubuh tertentu terasa sangat tegang dan kaku ketika memberikan pidato atau berbicara di depan umum					
23	Menyadari tersisa sedikit waktu dalam pidato, membuat saya sangat tegang dan cemas					
24	Ketika berbicara di depan umum, saya tahu saya dapat mengendalikan perasaan tegang dan stres saya					
25	Saya bernafas dengan cepat sebelum berbicara di depan umum					
26	Saya merasa nyaman dan santai pada jam sebelum berbicara di depan umum					
27	Saya tampil jelek saat berpidato karena saya cemas					
28	Saya merasa cemas ketika guru mengumumkan waktu pelaksanaan tugas berpidato					
29	Ketika saya membuat kesalahan dalam berbicara di depan umum, saya sulit berkonsentrasi pada bagian selanjutnya					
30	Dalam sebuah pidato penting, saya merasakan perasaan tidak berdaya yang terbangun pada diri saya					
31	Saya merasa susah tidur sebelum berbicara di depan umum					
32	Jantung saya berdetak sangat cepat ketika saya berpidato atau berbicara di depan umum					
33	Saya merasa cemas ketika menunggu giliran memberikan pidato atau berbicara di depan umum					
34	Ketika berbicara di depan umum atau pidato, saya sangat gugup, saya lupa fakta-fakta yang benar-benar saya ketahui					

KEPERCAYAAN DIRI

Petunjuk Pengisian :

Bacalah setiap pernyataan yang ada di bawah ini dengan seksama. Berilah tanda checklist (\checkmark) pada jawaban yang Anda pilih sesuai dengan keadaan diri.

SS = Sangat Setuju

S = Setuju

TS = Tidak Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasa yakin ketika harus presentasi di depan kelas				
2	Saya mengambil keputusan tanpa bantuan orang lain ketika sedang berada di depan kelas				
3	Saya merasa mampu dan bisa menjadi orang yang berprestasi				
4	Saya berani mengungkapkan pendapat saya di depan kelas				
5	Saya tidak percaya diri dan memilih untuk diam, walaupun saya dapat menjawab pertanyaan yang ada				
6	Ketika berdiskusi, pendapat yang saya sampaikan kurang menarik				
7	Saya memiliki penilaian yang tidak baik terhadap diri saya sendiri				
8	Saya tidak mampu mengutarakan pendapat saya				
9	Saya merasa yakin ketika saya harus menjawab pertanyaan yang ada				

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
10	Saya yakin ketika mengungkapkan pendapat di kelas				
11	Saya merasa malu ketika bertanya kepada teman ataupun dosen				
12	Lebih sering orang lain yang presentasi di kelas ketimbang diri saya sendiri				
13	Saya merasa bahwa teman saya lebih baik dari saya ketika presentasi				
14	Saya tidak berani mengutarakan pendapat saya di depan teman-teman				
15	Saya merasa mampu ketika harus menyampaikan materi di depan orang banyak				
16	Ketika dosen mengajukan pertanyaan, saya mengajukan diri untuk menjawab tanpa disuruh				
17	Saya merasa bangga ketika saya mampu menjawab pertanyaan dari dosen				
18	Saya melibatkan diri secara aktif ketika berdiskusi dengan kelompok				
19	Saya merasa tidak percaya diri apa yang telah saya presentasikan di depan kelas				
20	Saya tidak bisa menjawab ketika diberi pertanyaan oleh dosen sehingga membutuhkan teman untuk membantu				
21	Saya merasa bahasa saya tidak tertata rapi ketika berbicara di depan kelas				
22	Saya hanya menyimpan pendapat saya sendiri tidak berani mengungkapkan ketika sedang diskusi				

Lampiran 5

TABULASI HASIL ANGGKET UJI COBA

A. Angket Kecemasan Berbicara Di Depan Umum

No	RESPONDEN	KECEMASAN BERBICARA (Y)																																		JLM			
		KB 01	KB 02	KB 03	KB 04	KB 05	KB 06	KB 07	KB 08	KB 09	KB 10	KB 11	KB 12	KB 13	KB 14	KB 15	KB 16	KB 17	KB 18	KB 19	KB 20	KB 21	KB 22	KB 23	KB 24	KB 25	KB 26	KB 27	KB 28	KB 29	KB 30	KB 31	KB 32	KB 33	KB 34				
1	RES-001	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	154	
2	RES-002	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	4	3	5	5	4	3	4	4	4	4	4	4	5	5	156	
3	RES-003	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	151	
4	RES-004	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	169	
5	RES-005	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	154	
6	RES-006	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	153	
7	RES-007	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	154	
8	RES-008	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	4	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	150	
9	RES-009	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	167	
10	RES-010	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	156	
11	RES-011	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	167	
12	RES-012	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	139	
13	RES-013	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	168	
14	RES-014	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	156
15	RES-015	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	163	
16	RES-016	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	158	
17	RES-017	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	158	
18	RES-018	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	168	
19	RES-019	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	140	
20	RES-020	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	138	
21	RES-021	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	153		

No	RESPONDEN	KECEMASAN BERBICARA (Y)																																		JLM	
		KB 01	KB 02	KB 03	KB 04	KB 05	KB 06	KB 07	KB 08	KB 09	KB 10	KB 11	KB 12	KB 13	KB 14	KB 15	KB 16	KB 17	KB 18	KB 19	KB 20	KB 21	KB 22	KB 23	KB 24	KB 25	KB 26	KB 27	KB 28	KB 29	KB 30	KB 31	KB 32	KB 33	KB 34		
22	RES-022	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	154
23	RES-023	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	153	
24	RES-024	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	170	
25	RES-025	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	136		
26	RES-026	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	146		
27	RES-027	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	165		
28	RES-028	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	136		
29	RES-029	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	160		
30	RES-030	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	167		

B. Angket Kepercayaan Diri

No	RESPONDEN	KEPERCAYAAN DIRI (KD)																						JML
		KP 01	KP 02	KP 03	KP 04	KP 05	KP 06	KP 07	KP 08	KP 09	KP 10	KP 11	KP 12	KP 13	KP 14	KP 15	KP 16	KP 17	KP 18	KP 19	KP 20	KP 21	KP 22	
1	RES-001	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	57
2	RES-002	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	57
3	RES-003	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	68
4	RES-004	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	68
5	RES-005	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
6	RES-006	3	2	2	3	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	3	2	4	3	2	2	3	2	57
7	RES-007	3	2	2	3	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	3	2	4	3	2	2	3	2	57
8	RES-008	4	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	59
9	RES-009	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	48

No	RESPONDEN	KEPERCAYAAN DIRI (KD)																						
		KP 01	KP 02	KP 03	KP 04	KP 05	KP 06	KP 07	KP 08	KP 09	KP 10	KP 11	KP 12	KP 13	KP 14	KP 15	KP 16	KP 17	KP 18	KP 19	KP 20	KP 21	KP 22	JML
10	RES-010	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	55
11	RES-011	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	64
12	RES-012	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	60
13	RES-013	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
14	RES-014	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
15	RES-015	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
16	RES-016	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
17	RES-017	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
18	RES-018	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	46
19	RES-019	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	46
20	RES-020	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	46
21	RES-021	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
22	RES-022	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
23	RES-023	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
24	RES-024	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
25	RES-025	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
21	RES-021	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	45
22	RES-022	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	45
23	RES-023	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
24	RES-024	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	45
25	RES-025	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	45
26	RES-026	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
27	RES-027	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
28	RES-028	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
29	RES-029	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
30	RES-030	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44

Lampiran 6

HASIL UJI INSTRUMEN ANGKET

A. KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM

1. Uji Validitas

Item-Total Statistics					
Nomor Item Soal	Corrected Item-Total Correlation	Keterangan	Nomor Item Soal	Corrected Item-Total Correlation	Keterangan
KB01	,690	Valid	KB18	,421	Valid
KB02	,494	Valid	KB19	,424	Valid
KB03	,709	Valid	KB20	,574	Valid
KB04	,424	Valid	KB21	,518	Valid
KB05	,741	Valid	KB22	,574	Valid
KB06	,566	Valid	KB23	,574	Valid
KB07	,691	Valid	KB24	,385	Valid
KB08	,616	Valid	KB25	,508	Valid
KB09	,588	Valid	KB26	,508	Valid
KB10	,530	Valid	KB27	,489	Valid
KB11	,460	Valid	KB28	,436	Valid
KB12	,529	Valid	KB29	,679	Valid
KB13	,547	Valid	KB30	,679	Valid
KB14	,626	Valid	KB31	,679	Valid
KB15	,673	Valid	KB32	,679	Valid
KB16	,656	Valid	KB33	,694	Valid
KB17	,590	Valid	KB34	,566	Valid

2. Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Kecemasan Berbicata di Depan Umum	.947	Reliabel

B. KEPERCAYAAN DIRI

1. Uji Validitas

Item-Total Statistics					
Nomor Item Soal	Corrected Item-Total Correlation	Keterangan	Nomor Item Soal	Corrected Item-Total Correlation	Keterangan
VAR00001	,388	Valid	VAR00012	,925	Valid
VAR00002	,836	Valid	VAR00013	,902	Valid
VAR00003	,838	Valid	VAR00014	,957	Valid
VAR00004	,851	Valid	VAR00015	,892	Valid
VAR00005	,836	Valid	VAR00016	,816	Valid
VAR00006	,852	Valid	VAR00017	,810	Valid
VAR00007	,846	Valid	VAR00018	,849	Valid
VAR00008	,872	Valid	VAR00019	,865	Valid
VAR00009	,786	Valid	VAR00020	,830	Valid
VAR00010	,748	Valid	VAR00021	,905	Valid
VAR00011	,818	Valid	VAR00022	,781	Valid

2. Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Kepercayaan Diri	,974	Reliabel

Lampiran 7

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM
(Pada Mahasiswa Tasawuf Dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2021
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang)**

**ANGKET PENELITIAN
Untuk memperoleh Gelar Sarjana Agama Islam
Di UIN Walisongo Semarang**

**Oleh:
Rahma Maulina Fajrin
NIM.**

**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISINGO SEMARANG
2022**

A. Data Diri Responden

Nama :
 Jurusan :
 Angkatan :
 Jenis Kelamin : Laki-Laki
 Perempuan

B. Angket Penelitian

Berikut ini adalah alat ukur yang diberikan untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri. Tidak ada jawaban yang salah dalam alat ukur ini, serta semua jawaban yang Anda berikan akan dirahasiakan sehingga Anda tidak perlu melihat hasil pekerjaan teman Anda. Jawablah pernyataan di bawah ini dengan jujur dan menggambarkan kondisi Anda yang sebenar-benarnya.

KECEMASAN BERBICARA						
Petunjuk Pengisian :						
Bacalah setiap pernyataan yang ada di bawah ini dengan seksama. Berilah tanda checklist (√) pada jawaban yang Anda pilih sesuai dengan keadaan diri.						
SS = Sangat Setuju						
S = Setuju						
RR = Ragu-Ragu						
TS = Tidak Setuju						
STS = Sangat Tidak Setuju						
No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	RR	ST	STS
1	Ketika mempersiapkan untuk berbicara di depan umum, saya merasa tegang dan gugup					
2	Saya merasa tegang ketika saya melihat kata “ pidato” dan “pidato di depan umum” pada rencana pembelajaran ketika pembelajaran					
3	Pikiran saya menjadi bingung ketika saya sedang memberikan pidato atau berbicara di depan umum					

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	RR	ST	STS
5	Saya merasa cemas ketika saya memikirkan pidato atau berbicara di depan umum nantinya					
6	Saya tidak memiliki ketakutan dalam berbicara di depan umum					
7	Meskipun saya gugup sebelum berbicara di depan publik, saya segera menyesuaikan diri setelah memulai dan merasa tenang serta nyaman					
8	Saya berharap saya bisa berbicara di depan umum					
9	Ketika guru mengumumkan tugas presentasi atau pidato di depan kelas, saya merasa tegang					
10	Tangan saya bergetar ketika berbicara di depan publik					
11	Saya merasa rileks ketika berbicara di depan publik					
12	Saya menikmati persiapan berbicara di depan publik					
13	Saya terus menerus takut takut lupa akan apa yang telah saya siapkan untuk disampaikan					
14	Saya merasa cemas ketika seseorang bertanya sesuatu tentang topik yang saya tidak ketahui					
15	Saya memiliki harapan untuk percaya diri ketika berbicara di depan umum					
16	Saya merasa bahwa saya sepenuhnya memiliki diri saya sendiri ketika berbicara di depan umum					
17	Pikiran saya jernih ketika berbicara di depan umum					

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	RR	ST	STS
18	Saya tidak takut ketika berbicara di depan umum					
19	Saya berpeluh keringat ketika berbicara di depan umum					
20	Jantung saya berdetak sangat cepat saat saya memulai berbicara di depan umum					
21	Saya mengalami kegelisahan yang amat sangat ketika duduk di ruangan saat pidato/berbicara di depan publik dimulai					
22	Bagian tubuh tertentu terasa sangat tegang dan kaku ketika memberikan pidato atau berbicara di depan umum					
23	Menyadari tersisa sedikit waktu dalam pidato, membuat saya sangat tegang dan cemas					
24	Ketika berbicara di depan umum, saya tahu saya dapat mengendalikan perasaan tegang dan stres saya					
25	Saya bernafas dengan cepat sebelum berbicara di depan umum					
26	Saya merasa nyaman dan santai pada jam sebelum berbicara di depan umum					
27	Saya tampil jelek saat berpidato karena saya cemas					
28	Saya merasa cemas ketika guru mengumumkan waktu pelaksanaan tugas berpidato					
29	Ketika saya membuat kesalahan dalam berbicara di depan umum, saya sulit berkonsentrasi pada bagian selanjutnya					
30	Dalam sebuah pidato penting, saya merasakan perasaan tidak berdaya yang terbangun pada diri saya					

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	RR	ST	STS
31	Saya merasa susah tidur sebelum berbicara di depan umum					
32	Jantung saya berdetak sangat cepat ketika saya berpidato atau berbicara di depan umum					
33	Saya merasa cemas ketika menunggu giliran memberikan pidato atau berbicara di depan umum					
34	Ketika berbicara di depan umum atau pidato, saya sangat gugup, saya lupa fakta-fakta yang benar-benar saya ketahui					

KEPERCAYAAN DIRI

Petunjuk Pengisian :

Bacalah setiap pernyataan yang ada di bawah ini dengan seksama. Berilah tanda checklist (\checkmark) pada jawaban yang Anda pilih sesuai dengan keadaan diri.

SS = Sangat Setuju

S = Setuju

TS = Tidak Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasa yakin ketika harus presentasi di depan kelas				
2	Saya mengambil keputusan tanpa bantuan orang lain ketika sedang berada di depan kelas				
3	Saya merasa mampu dan bisa menjadi orang yang berprestasi				
4	Saya berani mengungkapkan pendapat saya di depan kelas				

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
5	Saya tidak percaya diri dan memilih untuk diam, walaupun saya dapat menjawab pertanyaan yang ada				
6	Ketika berdiskusi, pendapat yang saya sampaikan kurang menarik				
7	Saya memiliki penilaian yang tidak baik terhadap diri saya sendiri				
8	Saya tidak mampu mengutarakan pendapat saya				
9	Saya merasa yakin ketika saya harus menjawab pertanyaan yang ada				
10	Saya yakin ketika mengungkapkan pendapat di kelas				
11	Saya merasa malu ketika bertanya kepada teman ataupun dosen				
12	Lebih sering orang lain yang presentasi di kelas ketimbang diri saya sendiri				
13	Saya merasa bahwa teman saya lebih baik dari saya ketika presentasi				
14	Saya tidak berani mengutarakan pendapat saya di depan teman-teman				
15	Saya merasa mampu ketika harus menyampaikan materi di depan orang banyak				
16	Ketika dosen mengajukan pertanyaan, saya mengajukan diri untuk menjawab tanpa disuruh				
17	Saya merasa bangga ketika saya mampu menjawab pertanyaan dari dosen				

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
18	Saya melibatkan diri secara aktif ketika berdiskusi dengan kelompok				
19	Saya merasa tidak percaya diri apa yang telah saya presentasikan di depan kelas				
20	Saya tidak bisa menjawab ketika diberi pertanyaan oleh dosen sehingga membutuhkan teman untuk membantu				
21	Saya merasa bahasa saya tidak tertata rapi ketika berbicara di depan kelas				
22	Saya hanya menyimpan pendapat saya sendiri tidak berani mengungkapkan ketika sedang diskusi				

Lampiran 8

TABULASI DATA PENELITIAN

a. Variabel Independen (X) – Kepercayaan Diri (KD)

No	RESPONDEN	KEPERCAYAAN DIRI (X)																								KRITERIA
		KD 01	KD 02	KD 03	KD 04	KD 05	KD 06	KD 07	KD 08	KD 09	KD 10	KD 11	KD 12	KD 13	KD 14	KD 15	KD 16	KD 17	KD 18	KD 19	KD 20	KD 21	KD 22	JLM		
1	RES-001	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	3	69	Tinggi	
2	RES-002	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	50	Sedang	
3	RES-003	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	63	Tinggi	
4	RES-004	3	2	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	80	Sangat Tinggi	
5	RES-005	4	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	1	3	2	2	3	3	2	56	Sedang	
6	RES-006	4	3	4	3	2	2	1	1	3	3	2	3	3	1	3	2	4	3	2	3	3	2	57	Sedang	
7	RES-007	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	52	Sedang	
8	RES-008	4	3	4	4	4	1	1	1	4	4	1	1	1	1	4	3	4	4	2	2	3	3	59	Sedang	
9	RES-009	4	2	4	4	1	1	1	1	3	3	1	2	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	61	Sedang	
10	RES-010	4	2	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	57	Sedang	
11	RES-011	4	2	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	2	2	4	4	4	4	2	2	3	3	67	Tinggi	
12	RES-012	3	2	2	3	3	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	50	Sedang	
13	RES-013	3	2	4	3	2	2	1	2	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	72	Tinggi	
14	RES-014	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	52	Sedang	
15	RES-015	3	3	3	4	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	54	Sedang	
16	RES-016	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	55	Sedang	
17	RES-017	4	2	3	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	52	Sedang	

No	RESPONDEN	KEPERCAYAAN DIRI (X)																							KRITERIA
		KD 01	KD 02	KD 03	KD 04	KD 05	KD 06	KD 07	KD 08	KD 09	KD 10	KD 11	KD 12	KD 13	KD 14	KD 15	KD 16	KD 17	KD 18	KD 19	KD 20	KD 21	KD 22	JLM	
18	RES-018	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
19	RES-019	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	4	2	4	4	3	4	4	2	3	2	2	64	Tinggi
20	RES-020	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
21	RES-021	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
22	RES-022	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	3	2	60	Sedang
23	RES-023	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	4	3	2	2	61	Sedang
24	RES-024	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	55	Sedang
25	RES-025	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	4	2	4	2	4	3	4	4	2	4	2	2	65	Tinggi
26	RES-026	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	3	4	3	2	3	2	2	57	Sedang
27	RES-027	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	55	Sedang
28	RES-028	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	55	Sedang
29	RES-029	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
30	RES-030	4	2	3	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	53	Sedang
31	RES-031	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
32	RES-032	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	1	3	2	3	2	3	3	2	55	Sedang
33	RES-033	4	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	4	3	55	Sedang
34	RES-034	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	3	3	3	2	2	57	Sedang
35	RES-035	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2	2	55	Sedang
36	RES-036	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	56	Sedang
37	RES-037	4	2	3	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	53	Sedang
38	RES-038	4	2	3	3	2	2	2	2	3	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	2	2	2	57	Sedang

No	RESPONDEN	KEPERCAYAAN DIRI (X)																							KRITERIA
		KD 01	KD 02	KD 03	KD 04	KD 05	KD 06	KD 07	KD 08	KD 09	KD 10	KD 11	KD 12	KD 13	KD 14	KD 15	KD 16	KD 17	KD 18	KD 19	KD 20	KD 21	KD 22	JLM	
39	RES-039	4	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	4	3	2	3	2	2	56	Sedang
40	RES-040	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
41	RES-041	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
42	RES-042	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
43	RES-043	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
44	RES-044	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
45	RES-045	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	4	3	4	2	3	2	2	60	Sedang
46	RES-046	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
47	RES-047	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
48	RES-048	4	2	3	3	2	4	4	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	4	65	Tinggi
49	RES-049	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
50	RES-050	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
51	RES-051	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
52	RES-052	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
53	RES-053	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
54	RES-054	4	2	3	3	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	4	3	2	3	2	3	2	2	55	Sedang
55	RES-055	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
56	RES-056	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	55	Sedang
57	RES-057	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
58	RES-058	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
59	RES-059	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang

No	RESPONDEN	KEPERCAYAAN DIRI (X)																							KRITERIA
		KD 01	KD 02	KD 03	KD 04	KD 05	KD 06	KD 07	KD 08	KD 09	KD 10	KD 11	KD 12	KD 13	KD 14	KD 15	KD 16	KD 17	KD 18	KD 19	KD 20	KD 21	KD 22	JLM	
60	RES-060	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
61	RES-061	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	4	3	3	4	64	Tinggi
62	RES-062	4	2	3	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	58	Sedang
63	RES-063	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
64	RES-064	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
65	RES-065	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
66	RES-066	4	2	3	3	4	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	55	Sedang
67	RES-067	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
68	RES-068	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
69	RES-069	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	3	2	4	3	2	3	2	2	57	Sedang
70	RES-070	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
71	RES-071	4	2	3	4	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	60	Sedang
72	RES-072	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
73	RES-073	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
74	RES-074	4	2	4	4	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	54	Sedang
75	RES-075	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
76	RES-076	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
77	RES-077	4	2	3	3	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	4	3	2	3	2	3	2	2	55	Sedang
78	RES-078	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
79	RES-079	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
80	RES-080	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	4	3	2	2	61	Sedang

No	RESPONDEN	KEPERCAYAAN DIRI (X)																							KRITERIA
		KD 01	KD 02	KD 03	KD 04	KD 05	KD 06	KD 07	KD 08	KD 09	KD 10	KD 11	KD 12	KD 13	KD 14	KD 15	KD 16	KD 17	KD 18	KD 19	KD 20	KD 21	KD 22	JLM	
81	RES-081	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
82	RES-082	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
83	RES-083	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
84	RES-084	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
85	RES-085	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
86	RES-086	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
87	RES-087	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
88	RES-088	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	4	2	2	60	Sedang
89	RES-089	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
90	RES-090	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	3	3	2	3	2	2	57	Sedang
91	RES-091	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
92	RES-092	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
93	RES-093	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
94	RES-094	4	2	3	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	4	2	2	3	2	2	54	Sedang
95	RES-095	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
96	RES-096	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
97	RES-097	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	3	4	3	2	3	4	4	61	Sedang
98	RES-098	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	59	Sedang
99	RES-099	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	61	Sedang
100	RES-100	4	2	3	3	4	2	4	2	4	2	2	2	4	2	4	3	4	3	2	3	2	2	63	Tinggi

b. Variabel Dependen (Y) – Kecemasan Berbicara (KB)

No	RESPONDEN	KECEMASAN BERBICARA (Y)																																	JLM	KRITERIA		
		KB 01	KB 02	KB 03	KB 04	KB 05	KB 06	KB 07	KB 08	KB 09	KB 10	KB 11	KB 12	KB 13	KB 14	KB 15	KB 16	KB 17	KB 18	KB 19	KB 20	KB 21	KB 22	KB 23	KB 24	KB 25	KB 26	KB 27	KB 28	KB 29	KB 30	KB 31	KB 32	KB 33			KB 34	
1	RES-001	3	3	3	4	3	3	4	5	3	3	3	3	4	4	5	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	2	4	4	4	4	118	Tinggi
2	RES-002	5	5	4	5	4	5	4	5	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	4	5	5	4	4	151	Sangat Tinggi	
3	RES-003	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	136	Tinggi	
4	RES-004	2	2	3	4	2	4	4	5	2	2	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	85	Rendah	
5	RES-005	5	5	4	4	4	2	3	5	4	3	1	4	4	5	5	3	2	3	2	4	5	5	5	4	2	3	3	5	5	3	4	4	5	4	129	Tinggi	
6	RES-006	4	3	3	5	4	2	5	5	4	3	4	4	3	4	5	5	3	3	1	3	2	3	4	5	1	4	2	3	3	2	2	3	4	3	114	Sedang	
7	RES-007	4	5	4	4	4	4	5	5	3	4	3	5	4	5	5	5	3	3	4	5	3	3	5	4	4	4	4	3	5	4	5	4	4	3	139	Tinggi	
8	RES-008	4	5	5	3	4	2	5	5	4	2	3	3	2	3	5	5	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	5	2	4	2	3	4	4	3	117	Tinggi	
9	RES-009	4	1	2	4	2	4	5	5	3	2	4	3	2	3	4	4	4	4	4	3	2	2	3	4	2	4	2	2	2	3	2	2	3	3	103	Sedang	
10	RES-010	4	4	4	5	4	4	5	5	2	4	4	4	4	3	5	5	4	4	3	4	4	4	3	5	3	2	3	3	4	2	3	4	5	4	130	Tinggi	
11	RES-011	3	2	1	5	3	2	5	5	5	3	3	5	3	3	4	5	5	5	4	2	3	5	5	5	5	1	5	1	5	5	4	5	5	5	119	Tinggi	
12	RES-012	5	5	3	5	4	1	5	5	4	5	3	4	4	5	5	5	4	2	3	5	5	5	5	1	5	1	5	5	4	5	5	5	5	5	143	Sangat Tinggi	
13	RES-013	3	2	3	4	4	3	4	5	2	2	4	4	2	2	5	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	80	Rendah	
14	RES-014	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	125	Tinggi	
15	RES-015	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	124	Tinggi	
16	RES-016	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi	
17	RES-017	4	4	5	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	123	Tinggi	
18	RES-018	5	4	4	3	4	2	3	4	5	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	124	Tinggi	
19	RES-019	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi	
20	RES-020	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi	
21	RES-021	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	4	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	123	Tinggi	
22	RES-022	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi	
23	RES-023	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	5	4	4	5	4	4	4	123	Tinggi	

No	RESPONDEN	KECEMASAN BERBICARA (Y)																																		KRITEIA					
		KB 01	KB 02	KB 03	KB 04	KB 05	KB 06	KB 07	KB 08	KB 09	KB 10	KB 11	KB 12	KB 13	KB 14	KB 15	KB 16	KB 17	KB 18	KB 19	KB 20	KB 21	KB 22	KB 23	KB 24	KB 25	KB 26	KB 27	KB 28	KB 29	KB 30	KB 31	KB 32	KB 33	KB 34		JLM				
24	RES-024	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi	
25	RES-025	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
26	RES-026	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
27	RES-027	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
28	RES-028	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	123	Tinggi
29	RES-029	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	5	4	5	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi	
30	RES-030	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	5	4	4	4	4	5	2	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	125	Tinggi		
31	RES-031	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi	
32	RES-032	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
33	RES-033	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	123	Tinggi		
34	RES-034	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
35	RES-035	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
36	RES-036	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi
37	RES-037	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	124	Tinggi
38	RES-038	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
39	RES-039	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi
40	RES-040	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi
41	RES-041	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	2	3	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi
42	RES-042	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	5	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi
43	RES-043	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	4	2	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	123	Tinggi
44	RES-044	4	4	4	3	5	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	123	Tinggi
45	RES-045	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi
46	RES-046	5	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi
47	RES-047	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	123	Tinggi
48	RES-048	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	2	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	120	Tinggi

No	RESPONDEN	KECEMASAN BERBICARA (Y)																																	KRITEIA					
		KB 01	KB 02	KB 03	KB 04	KB 05	KB 06	KB 07	KB 08	KB 09	KB 10	KB 11	KB 12	KB 13	KB 14	KB 15	KB 16	KB 17	KB 18	KB 19	KB 20	KB 21	KB 22	KB 23	KB 24	KB 25	KB 26	KB 27	KB 28	KB 29	KB 30	KB 31	KB 32	KB 33		KB 34	JLM			
49	RES-049	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi	
50	RES-050	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi
51	RES-051	4	4	5	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	123	Tinggi
52	RES-052	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi
53	RES-053	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	120	Tinggi
54	RES-054	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
55	RES-055	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi
56	RES-056	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
57	RES-057	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi
58	RES-058	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
59	RES-059	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	4	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
60	RES-060	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	4	2	3	2	3	4	4	4	4	3	4	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
61	RES-061	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	4	2	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	120	Tinggi
62	RES-062	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
63	RES-063	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	5	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	120	Tinggi
64	RES-064	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	3	5	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi
65	RES-065	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	3	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
66	RES-066	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	120	Tinggi
67	RES-067	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	2	5	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	119	Tinggi
68	RES-068	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	4	3	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
69	RES-069	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	2	4	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	120	Tinggi
70	RES-070	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	4	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi	
71	RES-071	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
72	RES-072	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	4	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
73	RES-073	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	123	Tinggi

No	RESPONDEN	KECEMASAN BERBICARA (Y)																																		KRITERIA				
		KB 01	KB 02	KB 03	KB 04	KB 05	KB 06	KB 07	KB 08	KB 09	KB 10	KB 11	KB 12	KB 13	KB 14	KB 15	KB 16	KB 17	KB 18	KB 19	KB 20	KB 21	KB 22	KB 23	KB 24	KB 25	KB 26	KB 27	KB 28	KB 29	KB 30	KB 31	KB 32	KB 33	KB 34		JLM			
74	RES-074	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	2	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	123	Tinggi	
75	RES-075	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	4	2	3	2	5	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	124	Tinggi
76	RES-076	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi
77	RES-077	4	4	4	3	4	2	3	2	4	4	2	3	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121	Tinggi
78	RES-078	4	4	4	3	4	2	3	2	4	4	2	3	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	3	5	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	119	Tinggi
79	RES-079	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	126	Tinggi
80	RES-080	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	4	2	4	2	3	4	4	4	4	4	5	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi
81	RES-081	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	120	Tinggi
82	RES-082	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi
83	RES-083	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	123	Tinggi
84	RES-084	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	125	Tinggi
85	RES-085	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	123	Tinggi
86	RES-086	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	3	2	4	5	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	125	Tinggi
87	RES-087	4	4	4	3	4	2	3	5	4	4	2	3	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	4	5	2	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	126	Tinggi
88	RES-088	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	4	5	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	124	Tinggi
89	RES-089	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	124	Tinggi
90	RES-090	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	2	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	126	Tinggi	
91	RES-091	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	127	Tinggi	
92	RES-092	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	4	5	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5	123	Tinggi	
93	RES-093	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	4	2	3	2	4	4	4	5	4	4	4	2	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	123	Tinggi	
94	RES-094	4	4	4	3	4	2	3	5	4	4	2	3	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	5	4	5	2	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	125	Tinggi	
95	RES-095	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	4	4	2	3	2	5	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	123	Tinggi	
96	RES-096	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	4	5	2	3	4	4	4	5	4	4	4	4	4	124	Tinggi	
97	RES-097	4	4	4	3	4	2	3	5	4	4	2	4	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	125	Tinggi	
98	RES-098	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	124	Tinggi	
99	RES-099	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	4	5	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	123	Tinggi	
100	RES-100	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	124	Tinggi	

Lampiran 9

HASIL ANALISIS DATA PENELITIAN

A. Analisis Statistik Deskriptif

1. Variabel Kecemasan Berbicara Didepan Umum (Y)

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecemasan Berbicara Di Depan Umum (Y)	100	80	151	122.06	7.612
Valid N (listwise)	100				

2. Variabel Kepercayaan Diri (X)

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kepercayaan Diri (X)	100	50	80	58.62	4.052
Valid N (listwise)	100				

B. Analisis Korelasi – Product Moment

1. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	5,69975707
Most Extreme Differences	Absolute	,109
	Positive	,106
	Negative	-,109
Kolmogorov-Smirnov Z		1,090
Asymp. Sig. (2-tailed)		,186

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

b. Uji Linieritas

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: Kecemasan Berbicara Di Depan Umum (KB)

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	,439	76,767	1	98	,000	195,038	-1,245

The independent variable is Kepercayaan Diri (KD) .

2. Uji Hipotesis

Correlations

	Kecemasan Berbicara (KB)	Kepercayaan Diri (KD)

Kecemasan Berbicara (KB)	Pearson Correlation	1	-,663**
	Sig. (1-tailed)		,000
	N	100	100
Kepercayaan Diri (KD)	Pearson Correlation	-,663**	1
	Sig. (1-tailed)	,000	
	N	100	100

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Lampiran 10

FOTO DOKUMENTASI



RIWAYAT PENULIS

A. Identitas Diri

Nama Lengkap : Rahma Maulina Fajrin
Tempat Tanggal Lahir : Brebes, 23 Juni 1999
Alamat : Jl. Projosumarto II Gg. Hidayatusshibyan No.4 RT.01 RW. 01
Desa Kajen, Kec. Talang, Kab. Tegal
E-Mail : rahmamaulina70@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. SD N Sigambir 01
2. MTsN Model Brebes
3. SMA N 1 Brebes

Semarang, 13 September 2022

Rahma Maulina Fajrin

Nim. 1704046018