

**HUBUNGAN PERHATIAN ORANG TUA DAN PENYESUAIAN  
DIRI DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM  
SISWA SMA SWASTA RK DELI MURNI BANDAR BARU**

**TESIS**

**OLEH:**

**JOHANES FIADANI NABU  
NPM. 181804092**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2021**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 21/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)21/12/21

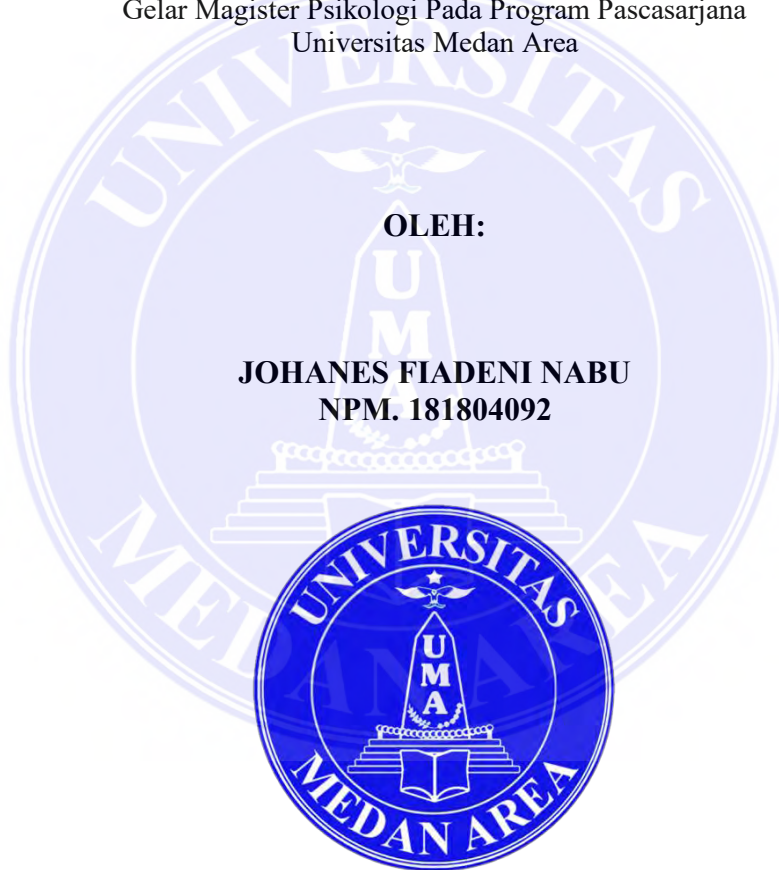
**HUBUNGAN PERHATIAN ORANG TUA DAN PENYESUAIAN  
DIRI DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM  
SISWA SMA SWASTA RK DELI MURNI BANDAR BARU**

**TESIS:**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh  
Gelar Magister Psikologi Pada Program Pascasarjana  
Universitas Medan Area

**OLEH:**

**JOHANES FIADANI NABU  
NPM. 181804092**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2021**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 21/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)21/12/21

# UNIVERSITAS MEDAN AREA

## PROGRAM PASCASARJANA

### MAGISTER PSIKOLOGI

#### HALAMAN PERSETUJUAN

**Judul : Hubungan Perhatian Orang Tua dan Penyesuaian Diri  
dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Siswa  
SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru**

**Nama : Johanes Fiadeni Nabu**

**NPM : 181804092**

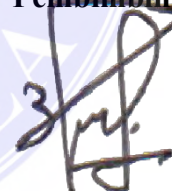
*Menyetujui:*

**Pembimbing I**



**Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd**

**Pembimbing II**



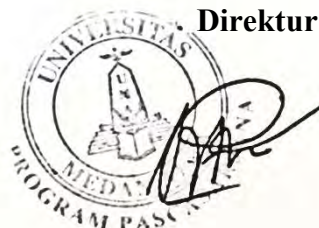
**Drs. Hasanuddin, M.Ag., Ph.D**

**Ketua Program Studi  
Magister Psikologi**



**Prof. Dr. Sri Milfayetty, MS., Kons.**

**Direktur**



**Prof. Dr. Ir. Retna Astuti K., MS**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA PROGRAM PASCASARJANA**  
**MAGISTER PSIKOLOGI**

**Telah di uji pada Tanggal**

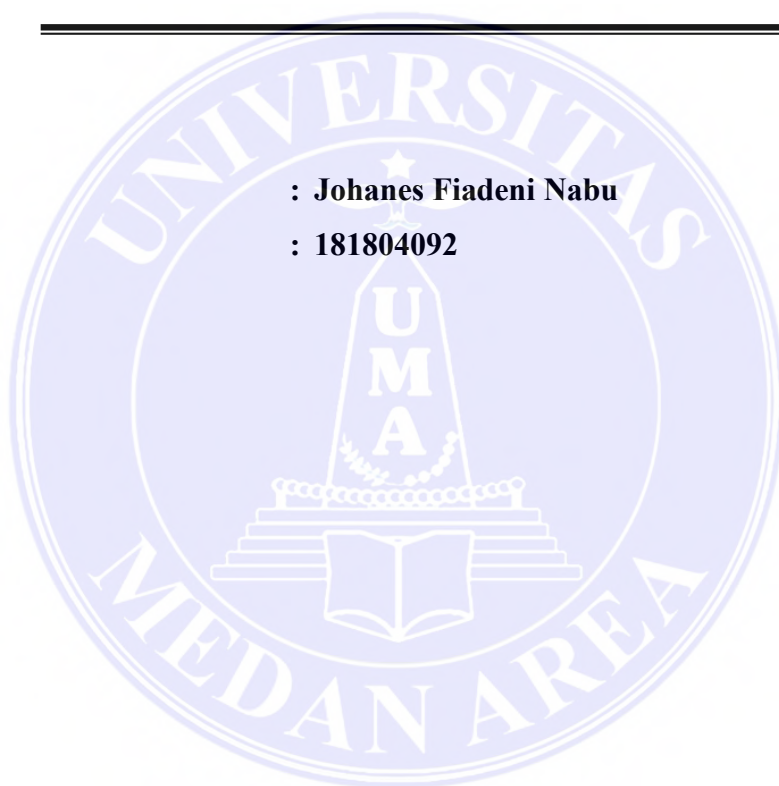
**2021**

**Nama**

**: Johanes Fiadeni Nabu**

**NPM**

**: 181804092**



**Panitia Penguji Tesis:**

**Ketua**

**:**

**Sekretaris**

**:**

**Pembimbing I**

**: Prof. Dr. H Abdul Munir, M.Pd**

**Pembimbing II**

**: Drs. Hasanuddin, M.Ag., Ph.D**

**Penguji Tamu**

**:**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 21/12/21

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)21/12/21

## SURAT *PERNYATAAN*

Saya menyatakan bahwa tesis yang saya buat dengan judul “**Hubungan Perhatian Orang Tua dan Penyesuaian Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru**”, merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penelitian skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam tesis ini.

Medan,

2021



  
**Johanes Fiadeni Nabu**

**NPM . 181805092**

## Format Halaman Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah Mahasiswa

### HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **Johanes Fiadeni Nabu**

NPM : **181804092**

Program Studi : **MAGISTER PSIKOLOGI**

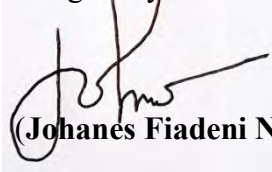
Fakultas : **PASCASARJANA**

Jenis karya : **Tesis**

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul : Hubungan Perhatian Orang Tua dan Penyesuaian Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan  
Pada tanggal : 13 Nopember 2021  
Yang menyatakan



(Johanes Fiadeni Nabu)



## KATA PENGANTAR

**Puji syukur kepada ALLAH SWT yang telah memberikan kesehatan dan karunia-Nya bagi Penulis sehingga Penulis dapat menyelesaikan tugas akhir (Tesis) dengan baik dan tepat waktunya. Adapun judul Tesis ini “HUBUNGAN PERHATIAN ORANG TUA DAN PENYESUAIAN DIRI DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM SISWA SMA SWASTA RK DELI MURNI BANDAR BARU”.**

Tesis ini merupakan tugas akhir yang wajib pada program studi Magister Psikologi Pascasarjana Universitas Medan Area. Setiap mahasiswa yang dalam proses menyelesaikan Program Studi Magister (S2) harus menyelesaikan tugas akhirnya. Penulis telah berusaha semaksimal mungkin sesuai dengan kemampuan penulis. Namun sebagai manusia biasa, penulis tidak luput dari kesalahan dan kekhilafan baik dari segi teknik penulisan maupun tata bahasa. Tetapi walaupun demikian penulis berusaha sebisa mungkin menyelesaikan Tesis meskipun tersusun sangat sederhana.

Dalam menyusun Tesis ini, penulis banyak menerima kontribusi beberapa saran dan masukan yang positif dan membangun sehingga penulis akhirnya dapat menyelesaikan tugas akhir (Tesis) ini. Karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M. Eng., M.Sc, selaku Rektor Universitas Medan Area.
2. Ibu Prof. Dr. Ir. Retna Astuti K., M.S selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Medan Area.

3. Ibu Prof. Dr. Sry Milfayetty, M.S.Kons selaku Ketua Program studi Magister Psikologi Universitas Medan Area.
4. Bapak Prof Dr. Abdul Munir, M.Pd selaku penguji I.
5. Bapak Drs Hasanuddin, M. Ag, Ph.D selaku penguji II.
6. Bapak-bapak dan Ibu-ibu Dosen Pascasarjana Psikologi Universitas Medan Area yang telah memberikan ilmunya kepada penulis dan segenap pegawai akademik yang selama ini selalu siap melayani segala urusan akademik penulis.
7. Bapak Herianto Sinaga, S.Pd selaku Kepala Sekolah SMA Swasta RK Deli Murni Baru yang telah memberikan izin penelitian.
8. Untuk Ibunda tercinta Yohana Octaviani Neonbeni, Amd. Pd, Kakak dan Adikku semuanya serta yang terkasih yang telah banyak memberikan bantuan baik materi maupun moril sehingga Tesis ini dapat terselesaikan dengan baik.
9. Untuk istri saya tercinta T. Br Sinurat, S.Pd, yang sudah menemani, dan membantu dari susah dan senang bersama sehingga saya dapat menyelesaikan Tesis ini.
10. Rekan-rekan mahasiswa Magister Psikologi Pendidikan Universitas Medan Area angkatan 2018, khususnya kelas B sore yang telah banyak memberikan bantuan, kerja sama dan motivasi selama mengikuti proses perkuliahan serta dalam menyelesaikan tesis ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan Tesis ini masih banyak terdapat kesalahan, kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan baik dari segi isi maupun cara penyusunannya. Oleh karena itu, penulis sangat berterimakasih

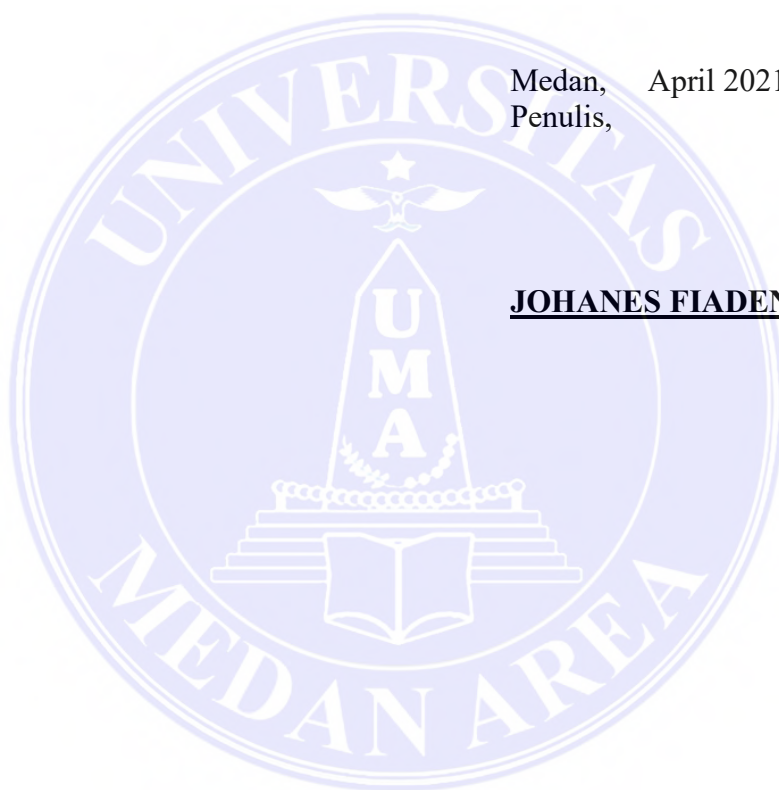


apabila ada kritik dan saran yang membangun untuk menambah wawasan serta pengetahuan rekan-rekan mahasiswa psikologi khususnya, dan masyarakat pada umumnya.

Demikian semoga Tesis ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya para pembaca dan pada umumnya. Penulis sangat berharap dengan tersusunnya Tesis ini, dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin

Medan, April 2021  
Penulis,

**JOHANES FIADANI NABU**



## **Hubungan Perhatian Orang tua dan Penyesuaian diri dengan Kecemasan berbicara di depan umum Siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru**

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perhatian orangtua dan penyesuaian diri dengan kecemasan berbicara di depan umum siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Populasi dalam penelitian ini yakni siswa yang berkecenderungan cemas berbicara di depan umum 123 siswa yang sebelumnya sudah diseleksi secara *Screening*. Sampel diambil dengan menggunakan teknik *Total sampling* yakni sebanyak 123 siswa. Data dianalisis menggunakan rumus regresi berganda. Penelitian ini menggunakan skala dengan instrumen Kecemasan berbicara di depan umum, perhatian orangtua dan penyesuaian diri. Hasil penelitian menunjukkan: a) ada hubungan perhatian orangtua, dan penyesuaian diri dengan kecemasan berbicara di depan umum sebesar -0,536 atau 53,6%. b) ada hubungan negatif perhatian orangtua dengan kecemasan berbicara sebesar -0,184 atau 18,4% pada signifikansi 0,029. c) ada hubungan negatif penyesuaian diri dengan kecemasan berbicara di depan umum sebesar -0,441 atau 44,1% pada signifikansi 0,000. Kesimpulannya, semakin tinggi perhatian orangtua dan penyesuaian diri siswa, maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum. Dengan demikian dapat di nyatakan bahwa hipotesis yang di ajukan dalam penelitian ini, dinyatakan diterima.

**Kata Kunci:** *Perhatian orang tua, penyesuaian diri, dan kecemasan berbicara di depan umum*

## **The Relationship Parental Attention and Adjustment to Public Speaking Anxiety at RK Deli Murni Bandar Baru Private High School Students**

### ***Abstract***

This study aims to determine the relationship parental attention and adjustment to public speaking anxiety at RK Deli Murni Bandar Baru Private High School students. This study uses a correlational quantitative approach. The population in this study were students who tended to be anxious about speaking in public, 123 students who had previously been screened. Samples were taken using the total sampling technique as many as 123 students. Data were analyzed using multiple regression formulas. This study uses a scale with the instruments of public speaking anxiety, parental attention and adjustment. The results showed: a) there was a relationship parental attention, and adjustment to public speaking anxiety by -0.536 or 53.6%. b) there is a negative relationship parental attention and speaking anxiety of -0.184 or 18.4% at a significance of 0.029. c) there is a negative relationship between self-adjustment and public speaking anxiety of -0.441 or 44.1% at a significance of 0.000. In conclusion, the higher the parental attention and adjustment of students, the lower the anxiety of public speaking. Thus, it can be stated that the hypothesis proposed in this study is accepted.

Keywords: Parents' attention, adjustment, and public speaking anxiety

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Rumusan Masalah.....	9
D. Tujuan Penelitian .....	9
E. Manfaat Penelitian.....	9
1. Manfaat Teoritis.....	10
2. Manfaat Praktis.....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>13</b>
A. Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	13
1. Pengertian Kecemasan .....	13
2. Pengertian Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	16
3. Aspek-aspek Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	18
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	23
5. Jenis-jenis Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	30
6. Komponen Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	31
7. Tingkat Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	32
B. Perhatian Orang Tua .....	33
1. Pengertian Perhatian Orang tua .....	35
2. Aspek-aspek yang Mempengaruhi Perhatian Orang Tua.....	36
3. Macam-macam Perhatian Orang Tua.....	40
4. Bentuk- bentuk Perhatian Orang Tua.....	41
a. Hadiah dan Hukuman.....	40
b. Pemeliharaan jasmani dan psikis .....	40

c. Mengarahkan dan membimbing .....	40
5. Menciptakan Lingkungan yang Aman .....	41
6. Faktor Yang Mempengaruhi Perhatian Orang Tua.....	45
7. Jenis-jenis Perhatian Orang Tua .....	48
C. Penyesuaian Diri.....	49
1. Pengertian Penyesuaian Diri.....	51
2. Aspek-aspek Penyesuaian Diri .....	54
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri.....	56
D. Penelitian Terdahulu.....	59
E. Kerangka Berfikir.....	61
F. Hipotesis Penelitian .....	65
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>70</b>
A. Desain Penelitian .....	68
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	68
C. Identitas Variabel.....	69
D. Devenisi Operasional.....	70
E. Populasi dan Sampel.....	86
F. Teknik pengambilan Sampel.....	72
G. Metode Pengumpulan Data.....	73
H. Validitas dan Reabilitas Alat ukur.....	74
I. Teknik Analisis Data .....	76
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>80</b>
A. Orientasi Kancan Penelitian .....	80
B. Pelaksanaan Penelitian.....	81
1. Uji Persyaratan Analisis .....	87
2. Uji Hipotesis .....	89
C. Pembahasan Hasil Penelitian .....	96
D. Keterbatasan Penelitian.....	103
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>104</b>
A. Kesimpulan .....	104
B. Saran .....	104

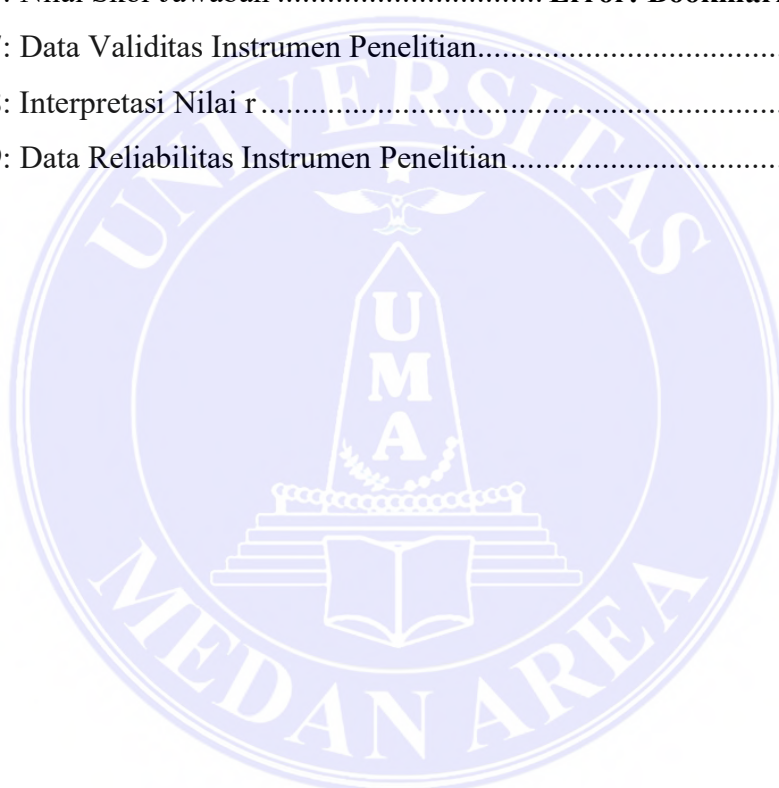
**DAFTAR PUSTAKA..... 108**





## DAFTAR TABEL

Tabel 1: Jadwal Pelaksanaan Kegiatan .....	71
Tabel 2: Populasi Penelitian .....	71
Tabel 3: Kisi-kisi Instrumen Penelitian Skala Kecemasan Berbicara .....	83
Tabel 4: Kisi-kisi Instrumen Penelitian Skala Penyesuaian Diri.....	84
Tabel 5: Kisi-kisi Instrumen Penelitian Skala Perhatian Orangtua .....	85
Tabel 6: Nilai Skor Jawaban .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 7: Data Validitas Instrumen Penelitian.....	86
Tabel 8: Interpretasi Nilai r .....	88
Tabel 9: Data Reliabilitas Instrumen Penelitian .....	88



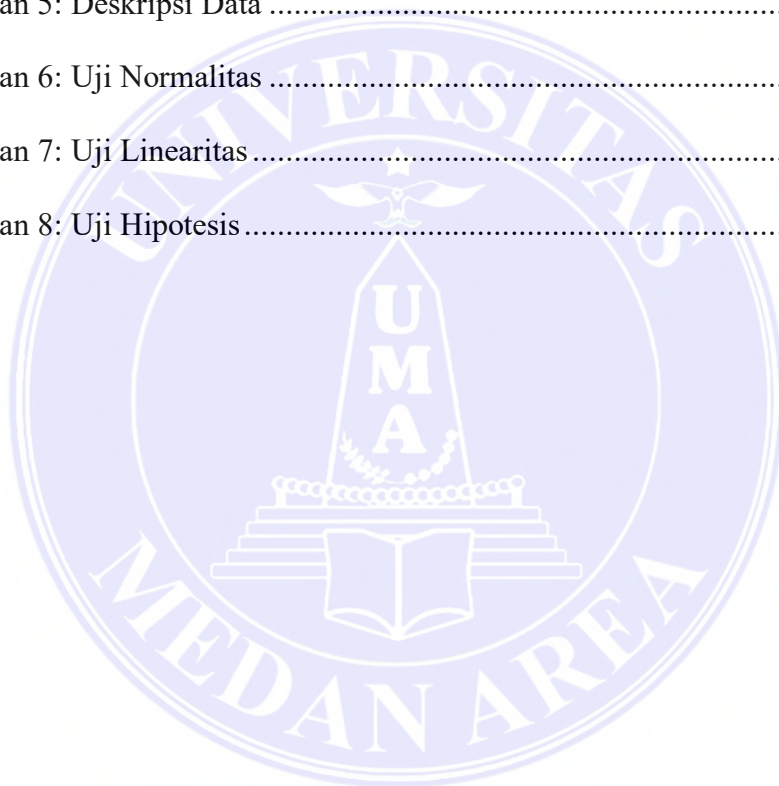
## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1: Kerangka Berfikir..... **Error! Bookmark not defined.**67



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Instrumen Penelitian .....	119
Lampiran 2: Data Uji Coba Instrumen.....	119
Lampiran 3: Uji Validitas dan Reliabilitas.....	122
Lampiran 4: Data Penelitian.....	131
Lampiran 5: Deskripsi Data .....	142
Lampiran 6: Uji Normalitas .....	149
Lampiran 7: Uji Linearitas .....	151
Lampiran 8: Uji Hipotesis .....	159



## **BAB I PENDAHULUAN**

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

Berbicara di depan umum apalagi di hadapan audiens dianggap sebagai orang-orang yang penting, bagi sebagian orang merupakan perkara mudah, namun tidak bagi yang lain. Sebagian orang merasa tersiksa dan kehabisan kata-kata jika diminta untuk melakukan hal tersebut. Kondisi seperti itu merupakan salah satu perwujudan dari kecemasan berbicara di depan umum, yakni suatu keadaan tidak nyaman yang dialami seseorang pada saat berbicara di depan orang banyak, yang ditandai oleh reaksi fisik fisiologis dan psikologis (Dewi & Andrianto, 2008:9). Reaksi fisik fisiologi seperti jemari menjadi dingin, jantung berdebar kencang, keringat dingin, pening, nafas tidak teratur atau bahkan sesak nafas, sementara reaksi psikologis seperti ketakutan, susah berkonsentrasi, pesimis, dan gelisah (Daradjat, 2001:21).

Menurut Studi Siska, Sudarjo, dan Purnamaningsih (2003:68) kecemasan berbicara di depan umum berkaitan erat dengan kepercayaan diri. Studi Bukhori (2012:3) menemukan bahwa kepercayaan diri seseorang memiliki pengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Artinya, semakin tinggi kepercayaan diri seseorang maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum. Sebaliknya, semakin rendah kepercayaan diri seseorang maka semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum. Sejalan dengan studi tersebut, Studi Sulistiyana (2011:69) menemukan bahwa

kepercayaan diri seseorang memberikan dampak positif terhadap kemampuan berbicara, mengurangi kecemasan berbicara di depan umum, memudahkan berinteraksi, dan penyesuaian sosial seseorang. Hal lain yang berkaitan erat dengan kecemasan berbicara di depan umum adalah keterampilan komunikasi. Studi Ririn, Asmidir, dan Marjohan (2013:275) menunjukkan bahwa keterampilan komunikasi seseorang berkorelasi negatif dengan kecemasan berbicara di depan umum. Artinya semakin tinggi keterampilan komunikasi maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum. Sebaliknya, semakin rendah keterampilan komunikasinya maka semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum.

Sejalan dengan studi tersebut, Studi Oktavia (2010:19) menemukan bahwa kecemasan berbicara di depan umum dipengaruhi oleh kondisi psikis seseorang termasuk di dalamnya adalah berpikir negatif (*negative thinking*). Seseorang yang berpikir negatif maka akan mengalami kecemasan berbicara di depan umum. Hal senada diungkapkan Swann, Schneider, dan McClarty (2007:91) bahwa pandangan positif terhadap diri seseorang akan mengurangi kecemasan seseorang.

Menurut Beaty (dalam Anwar, 2010) kecemasan berbicara di depan umum merupakan bentuk dari perasaan takut atau cemas secara nyata ketika berbicara di depan orang-orang sebagai hasil dari proses belajar sosial. Kecemasan berbicara di depan umum dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain adalah faktor persepsi atau pola pikir dari individu sendiri, kurangnya pengalaman individu, dan

adanya tuntutan sosial yang berlebihan yang tidak mampu dipenuhi oleh individu, serta standar prestasi individu yang terlalu tinggi dengan kemampuan yang dimilikinya. Ketika individu terpengaruh, maka ia akan merasa tidak percaya diri dan menimbulkan kecemasan. Kecemasan berbicara di depan umum dapat terlihat dari tanda-tanda fisik, mental, maupun emosional.

Kecemasan berbicara di depan umum dapat dialami oleh semua orang tak terkecuali siswa. Kecemasan tersebut memiliki pengaruh negatif pada diri seorang siswa baik ketika masih duduk di bangku SMA maupun ketika sudah lulus kelak. Ketika masih sekolah, terutama yang menekuni bidang sosial keagamaan seperti ilmu dakwah, seorang siswa yang memiliki permasalahan kecemasan berbicara di depan umum akan sulit untuk memiliki prestasi akademik yang sangat tinggi.

Hal tersebut dapat dipahami karena dalam proses belajar mengajar, salah satu metode yang sering digunakan guru adalah diskusi, sehingga kemampuan berbicara di depan umum sangat dibutuhkan. Seseorang dengan kecemasan berbicara di depan umum, kendati sudah lulus dan memiliki ijazah, dimungkinkan akan mengalami kendala dalam melamar pekerjaan tertentu, terlebih pekerjaan yang menekankan pada kemampuan atau keahlian berbicara di depan orang banyak. Sebagaimana siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru, yang memiliki permasalahan kecemasan berbicara di muka umum. Indikasinya dapat dilihat dari presentasi tugas, membawakan renungan dan khotbah di kelas. Sebagaimana diketahui bahwa semua siswa diwajibkan untuk khotbah saat ibadah pagi bersama di kelas. Ternyata, tidak semua siswa mampu menyampaikan



khotbah, bahkan ada siswa jatuh pingsan saat memberikan khotbah tujuh menit (kultum) di depan kelas.

Fenomena di atas merupakan persoalan kronis dan serius yang harus segera dicarikan solusinya. Siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru seharusnya sudah mampu menyampaikan khotbah maupun berceramah di depan umum, namun terbukti tidak sedikit dari mereka justru tidak mampu melakukannya. Salah satu pemicunya adalah adanya kecemasan berbicara di depan umum yang dialami siswa.

Pendapat yang sama juga dikemukakan oleh Sunarto dan Hartono (1995:192) bahwa kebiasaan orang tua yang selalu memanjakan anak, anak tidak bisa mempertanggungjawabkan apa yang dilakukan, pada umumnya anak menjadi tidak mampu mandiri, tidak percaya dengan kemampuannya, merasa ruang lingkupnya terbatas. Hal inilah yang membuat anak akan merasa cemas ketika berbicara di depan umum.

Kecemasan atau grogi saat mulai berbicara di depan umum adalah hal yang seringkali dialami oleh kebanyakan orang. Bahkan seseorang yang telah berpengalaman berbicara di depan umum pun tidak terlepas dari perasaan ini. Menurut Osborne (2004) perasaan cemas ini muncul karena takut secara fisik terhadap pendengar, yaitu takut ditertawakan orang, takut bahwa dirinya akan menjadi tontonan orang, takut bahwa apa yang akan dikemukakan mungkin tidak pantas untuk dikemukakan, dan rasa takut bahwa mungkin dirinya akan membosankan.

Kecemasan berbicara di depan umum bersifat subjektif, biasanya ditandai dengan gejala fisik dan gejala psikologis. Gejala fisik yaitu tangan berkeringat, jantung berdetak lebih cepat, dan kaki gemetaran. Kemudian, yang termasuk gejala psikologis adalah takut akan melakukan kesalahan, tingkah laku yang tidak tenang dan tidak dapat berkonsentrasi dengan baik. Kecemasan membuat individu merasa rendah diri, meremehkan diri sendiri, menganggap dirinya tidak menarik dan menganggap dirinya tidak menyenangkan untuk orang lain. Individu yang cenderung mengalami kecemasan ditandai dengan ketegangan otot dan adanya tingkat kewaspadaan yang sangat tinggi. Kemudian, individu tersebut akan menolak untuk bersosialisasi dengan orang lain, keadaan individu akan membaik ketika ketegangannya berkurang. Individu yang pemalu dan cemas secara sosial cenderung untuk menarik diri dan tidak efektif dalam interaksi sosial, ini dimungkinkan karena individu tersebut mempersepsi akan adanya reaksi negatif.

Menurut pendapat guru Bimbingan dan Konseling (2020) di SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru, kecemasan berbicara di depan umum merupakan salah satu masalah yang sering dialami oleh para siswa. Hal ini berdasarkan pengamatan dan evaluasi para guru terhadap para siswa. Sebagai contoh dalam diskusi banyak siswa cemas ketika harus bicara, atau ketika siswa diminta maju ke depan kelas, menjadi petugas upacara dan lain sebagainya. Berdasarkan wawancara peneliti dengan 5 siswa di SMA, umumnya para siswa tersebut merasa takut dan khawatir ketika harus berbicara di depan banyak orang, misalnya dalam

diskusi, lomba pidato, presentasi di depan kelas karena merasa tidak bisa, takut salah, malu, takut ditertawakan dan sebagainya.

Hasil survey awal 30 subjek mengenai kecemasan berbicara di depan kelas melalui tiga pertanyaan, diketahui respon terbanyak yaitu memberikan jawaban “sering” merasakan cemas, lebih jelasnya dalam tabel berikut:

*“.... Iya Bang, Saya cemas ketika berbicara untuk menyampaikan pendapat di depan kelas, sehingga saya memilih diam. Saya juga memilih diam karena saya cemas kalau harus bertanya langsung. (AG, Siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru, 5 Maret 2020).*

Kecemasan berbicara di depan umum merupakan bentuk dari perasaan takut dan cemas secara nyata ketika berbicara di depan orang-orang sebagai hasil dari proses belajar sosial. Ketakutan dan kecemasan berbicara di depan umum ditandai dengan perasaan gelisah dan perasaan tertekan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum adalah pola berpikir. Menurut Opt & Loffredo (2000) individu yang menggunakan pola pikir positif mempunyai kecemasan yang lebih rendah daripada individu yang berpola pikir negatif. Individu dengan pola pikir yang positif akan melihat segala hal dari sisi positif, suka bekerja keras dan dapat mengendalikan emosinya ketika berbicara di depan umum. Individu dengan pola pikir negatif lebih menggunakan perasaannya, lebih mudah stres dan mengekspresikan kecemasan karena selalu fokus pada pendapatnya sendiri.

Seseorang memiliki suatu kecemasan karena adanya proses pembelajaran dari dalam dirinya, perilaku rendah diri yang dibiasakan dan juga lingkungan yang tidak mendukung perkembangan diri dapat menjadi penyebab pembentukan

pribadi dengan kecemasan sosial atau fobia sosial, dimana akibat dari kecemasan dan fobia tersebut seseorang tidak dapat berfungsi dengan baik dalam lingkungan sosialnya, individu memiliki kecenderungan menghindari dari segala aktifitas sosial dan menunjukkan kemampuan komunikasi dan koordinasi yang rendah.

Dasar dari kecemasan saat berbicara didepan umum dapat di lihat tidak jauh berbeda dengan kecemasan sosial atau bentuk fobia sosial lainnya, dimana dasar dari kecemasan tersebut adalah keberadaan orang lain, yang mana anggapan salah mengenai khalayak menjadi 'hantu' yang menakutkan dalam pikiran. Walau dalam pengklasifikasiannya ada beberapa macam situasi dimana seseorang mengalami kecemasan, seperti yang kali ini kita bahas kecemasan saat berbicara di depan umum. Sedangkan untuk situasi yang lain, sebagai contoh kecemasan untuk makan di depan umum, kecemasan untuk masuk toilet umum, lalu kecemasan untuk berada di tempat ramai dan lain-lain, dimana dalam semua situasi tersebut individu masuk kedalam situasi dimana diri tidak memiliki kemampuan untuk mengendalikan ketakutan.

*“.... Yang membuat kami cemas berbicara di depan umum adalah takut tidak didengarkan oleh kawan dan diejek apa yang kami sampaikan. Hahaha, Itulah bang...makanya asal ditunjuk guru untuk berbicara di depan kelas kami cemas, tapi mau bagaimana bang..takut dimarahi guru kamipun ikuti saja. (AT, Siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru, 5 Maret 2020).*

Dari wawancara di atas dapat di ambil kutipan bahwasannya siswa cemas berbicara di depan umum karena takut diejek oleh kawan. Kecemasan merupakan suatu kekurangan dalam hubungan sosial, karena individu yang gugup (nervous) dan terhambat mungkin menjadi kurang efektif secara sosial, misalnya ketika

individu mengalami nervous, individu tersebut mungkin menunjukkan indikasi-indikasi seperti gemetar, gelisah, menghindari orang lain, tidak lancar berbicara dan kesulitan konsentrasi. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berkaitan dengan perhatian orang tua dan penyesuaian diri dalam berbicara di depan umum pada siswa SMA. Maka peneliti tertarik mengangkat judul penelitian yang berjudul, “Hubungan Perhatian orang tua dan Penyesuaian Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, peneliti dapat mengidentifikasi masalah dalam penelitian ini dari beberapa fakta dalam dunia pendidikan mengenai kecemasan berbicara di depan umum yang bukan lagi menjadi hal yang baru. Banyak hal yang mempengaruhi seorang siswa memiliki perasaan cemas berbicara di depan umum, yaitu faktor internal atau pribadi, faktor lingkungan atau pengaruh kelompok, faktor sistem dan faktor guru atau dosen atau penilai (Alhadza, 2004). Sekolah yang berstatus akreditasi A mempunyai misi mengutamakan keterampilan berbicara di depan umum sebagai modal dasar untuk tampil di berbicara di depan banyak orang. Pada kenyataannya masih juga ada siswa yang cemas saat berbicara di depan umum. Penyesuaian diri menjadi faktor eksternal yang mempengaruhi kecemasan siswa berbicara di depan umum.



### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, peneliti merumuskan masalah penelitian untuk memperkaya penelitian sebagai berikut:

1. Adakah hubungan perhatian orang tua dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru?
2. Adakah hubungan penyesuaian diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru?
3. Adakah hubungan perhatian orang tua dan penyesuaian diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru?

### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan Masalah penelitian di atas, maka tujuan penelitian ini, adalah:

1. Untuk mengetahui dan menganalisis Hubungan perhatian orang tua dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru.
2. Untuk mengetahui dan menganalisis Hubungan penyesuaian diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru.
3. Untuk mengetahui dan menganalisis Hubungan perhatian orang tua dan penyesuaian diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru.



## **E. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang Psikologi khususnya pada bidang Psikologi Pendidikan dan Perkembangan
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan referensi serta khasanah keilmuan di bidang Psikologi Pendidikan dan Perkembangan khususnya mengenai Perhatian Orang tua, Penyesuaian diri dan Kecemasan berbicara di depan umum pada siswa di sekolah

### 2. Manfaat Praktis

- a. Sekolah, Memberikan informasi dan masukan bagi sekolah sebagai program dalam membuat kebijakan kepada siswa untuk meminimalisir perasaan cemas saat berbicara di depan umum dan saran dalam membuat kesepakatan bagi setiap guru mata pelajaran saat guru memberikan pelajarannya bagi siswa di dalam kelas.
- b. Guru, Memberikan informasi dan masukan mengenai sikap guru terhadap murid saat ia tampil berbicara di depan umum. Penelitian ini juga memberikan informasi mengenai faktor internal siswa mengenai penyesuaian diri juga termasuk faktor yang mempengaruhi kecemasan siswa berbicara di depan umum.
- c. Siswa, Siswa mampu mengetahui bahwa rasa cemas berbicara di depan umum adalah hal yang kurang baik bagi dirinya. Siswa menyadari

pentingnya penyesuaian diri dengan lingkungannya agar ia sanggup mengeksplor bakat dan kemampuan berbicara di depan umum. Siswa harus berani tampil di depan umum sebagai modal dasar bagi dia saat dia sudah bekerja.





## **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

### **A. Kecemasan Berbicara di Depan Umum**

#### **1. Pengertian Kecemasan**

Kecemasan atau dalam Bahasa Inggrisnya “anxiety” berasal dari Bahasa Latin “angustus” yang berarti kaku, dan “ango, anci” yang berarti mencekik. Menurut Freud (dalam Alwisol, 2005) mengatakan bahwa kecemasan adalah fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Kecemasan berfungsi sebagai mekanisme yang melindungi ego karena kecemasan memberi sinyal kepada kita bahwa ada bahaya dan kalau tidak dilakukan tindakan yang tepat maka bahaya itu akan meningkat sampai ego dikalahkan. Taylor (1995) mengatakan bahwa kecemasan ialah suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau adanya rasa aman. Perasaan yang tidak menyenangkan ini umumnya menimbulkan gejala-gejala fisiologis (seperti gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat, dan lain-lain) dan gejala-gejala psikologis (seperti panik, tegang, bingung, tak dapat berkonsentrasi, dan sebagainya).

Kecemasan adalah perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa mendatang tanpa sebab khusus. Nevid, dkk. (2005) memberikan pengertian tentang kecemasan sebagai suatu keadaan emosional yang mempunyai

ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan kekhawatiran bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Atkinson (1996) mendefinisikan kecemasan sebagai emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan istilah kekawatiran yang kadang-kadang dialami dalam tingkat yang berbeda-beda. Sedangkan menurut Hurlock (1997) kecemasan adalah situasi efektif yang dirasa tidak menyenangkan yang diikuti oleh sensasi fisik yang memperingatkan seseorang akan bahaya yang mengancam. Daradjat (2001) menjelaskan kecemasan sebagai manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik).

Ada beberapa jenis rasa cemas, yaitu cemas akibat mengetahui ada bahaya yang mengancam dirinya, rasa cemas berupa penyakit yang dapat mempengaruhi keseluruhan diri pribadi. Selanjutnya, rasa cemas karena perasaan berdosa atau bersalah yang nantinya dapat menyertai gangguan jiwa. Kecemasan adalah reaksi normal terhadap kebutuhan yang tak terpenuhi dan stres seperti penolakan (pertama dari orang tua dan kemudian dari diri sendiri dan kemudian dari orang lain). Kecemasan juga dapat dilihat sebagai suatu mekanisme perlindungan yang membuat seseorang tetap aman dari situasi yang diyakini mengancam. Jhonston (dalam Hawari, 2001) mengemukakan bahwa kecemasan merupakan reaksi terhadap adanya ancaman, hambatan terhadap keinginan pribadi, atau merupakan perasaan tertekan karena adanya rasa kekecewaan, rasa tidak puas, rasa tidak aman, atau sikap permusuhan dengan orang lain.

Lazarus (1976) menyatakan bahwa kecemasan mempunyai dua arti, yaitu:

1. Kecemasan sebagai respon, digambarkan sebagai suatu pengalaman yang dirasakan tidak menyenangkan serta diikuti dengan suasana gelisah, bingung, khawatir, dan takut. Bentuk kecemasan ini dibedakan ada dua, yaitu:
  - a. *State anxiety*, merupakan gejala kecemasan yang sifatnya tidak menetap pada diri individu ketika dihadapkan pada situasi tertentu, gejala ini akan tampak selama situasi tersebut masih ada.
  - b. *Trait anxiety*, kecemasan yang tidak tampak langsung dalam tingkah laku tetapi dapat dilihat frekuensi dan intensitas keadaan kecemasan individu sepanjang waktu, merupakan kecemasan yang sifatnya menetap pada diri individu dan timbul dari pengalaman yang tidak menyenangkan pada awal kehidupan. Kecemasan tersebut berhubungan dengan kepribadian individu yang merupakan disposisi pada individu untuk menjadi cemas.
2. Kecemasan sebagai *intervening variable*, dalam hal ini kecemasan lebih mempunyai arti sebagai *motivating solution*, artinya situasi kecemasan tersebut dapat mendorong individu agar dapat mengatasi masalah. Hudaniyah dan Dayakisna (2009) menyatakan bahwa pada umumnya kecemasan berwujud ketakutan kognitif, keterbangkitan syaraf fisiologis dan suatu pengalaman subjektif dari ketegangan atau kegugupan. Beberapa individu juga mengalami perasaan tidak nyaman dengan hadirnya orang lain, biasanya disertai dengan perasaan malu yang ditandaidengan kekakuan, hambatan dan kecenderungan



untuk menghindari interaksi sosial. Keadaan individu yang seperti ini dianggap mengalami kecemasan sosial.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi tertentu yang sangat mengancam yang dapat menyebabkan kegelisahan, ketakutan, kekhawatiran, ketidaktentuan, perasaan tertekan dan terancam dalam menghadapi kemungkinan yang akan terjadi pada masa yang akan datang.

## **2. Pengertian Kecemasan Berbicara di Depan Umum**

Kecemasan sering dialami oleh setiap orang. Ada banyak hal yang menyebabkan seseorang mengalami kecemasan, misalnya cemas saat memulai suatu hal yang baru karena takut jika melakukan kesalahan, cemas saat menjalani ujian karena takut gagal, cemas saat presentasi karena belum ada persiapan, cemas saat berbicara atau mengemukakan pendapat di depan umum karena takut dianggap tidak bermutu, dan masih banyak lagi. Salah satu bentuk kecemasan yang sering terjadi adalah kecemasan dalam hal komunikasi.

Burgoon dan Ruffner (1978) mendefinisikan kecemasan dalam hal komunikasi sebagai suatu reaksi negatif dari individu berupa kecemasan yang dialami individu ketika berkomunikasi, baik berkomunikasi antar pribadi, komunikasi di depan kelas maupun komunikasi masa. Sejalan dengan itu, Beaty (2000) menyebutkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum merupakan bentuk dari perasaan takut atau cemas secara nyata ketika berbicara di depan orang-orang sebagai hasil proses belajar sosial. Perasaan cemas atau grogi saat

mulai berbicara di depan umum adalah hal yang seringkali dialami oleh kebanyakan orang. Bahkan seseorang yang telah berpengalaman berbicara di depan umum pun tidak terlepas dari perasaan ini.

Penelitian Zimbardo pada Universitas Stanford di California, AS (Rakhmat, 2007) menyatakan kecemasan membuat individu merasa rendah diri, meremehkan diri sendiri, menganggap dirinya tidak menarik dan menganggap dirinya tidak menyenangkan untuk orang lain. Individu yang cenderung mengalami kecemasan ditandai dengan ketegangan otot dan adanya tingkat kewaspadaan yang sangat tinggi. Kecemasan berbicara di depan umum pada mulanya dikenal dengan istilah “demam panggung” yang difokuskan pada ketakutan untuk berbicara di depan umum.

Menurut McCroskey (dalam Devito, 1995) kecemasan berbicara yang disebut pula sebagai “communication apprehension (CA)” terbagi atas empat jenis yaitu CA as trait, CA in generalized context, CA with generalized people, dan CA as a state. Kecemasan berbicara di depan umum dalam hal ini termasuk dalam jenis CA in generalized context, dimana individu mengalami kecemasan berbicara saat berada pada satu situasi tertentu, tetapi tidak pada situasi lainnya. McCroskey menambahkan, beberapa individu mengalami kecemasan hanya pada kondisi tertentu, maksudnya ada tipe general dari kondisi komunikasi yang menimbulkan kecemasan, yaitu komunikator. Penekanannya adalah bahwa fenomena kecemasan berbicara pada kelas berpusat pada pembicara. Konteks yang paling banyak ditemui adalah berbicara di depan umum, misalnya memberikan pidato, presentasi

di depan kelas, pada saat pertemuan atau meeting. Individu akan mengalami kecemasan ketika mulai membayangkan sampai berlangsungnya pengalaman berbicara di depan kelas.

Menurut Nevid (dalam Asrori, 2009) kecemasan adalah rasa khawatir bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Kecemasan sebenarnya juga dapat bermanfaat apabila dapat mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu yang lebih baik lagi sebagai wujud antisipasi dari keemasannya. Namun jika kadarnya berlebihan, maka kecemasan dapat menjadi sesuatu hal yang tidak normal yang justru akan menimbulkan ketidaknyamanan, mengganggu fungsi kehidupan sehari-hari, menimbulkan distress, atau membuat individu menghindari situasi sosial yang menimbulkan stress bagi individu tersebut (DSM IV, 2000). Hal ini sejalan dengan pendapat Burgoon dan Raffner (1978) yang menyatakan bahwa kecemasan merupakan sesuatu yang sehat apabila kecemasan itu dapat mendorong individu untuk menambah usahanya supaya dapat melakukan pekerjaan dengan lebih baik. Sebaliknya, kecemasan yang berlebihan dapat mengganggu individu karena dapat menghambatnya dalam menggunakan kemampuannya.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum adalah suatu keadaan tidak nyaman yang sifatnya tidak menetap pada diri individu, baik ketika membayangkan maupun pada saat berbicara di depan orang banyak. Kecemasan berbicara di depan umum sebaiknya diminimalisir agar individu dapat berbicara dengan efektif dan dapat menikmati

kehidupannya dengan lebih baik serta dapat melakukan fungsi sosialnya dengan lebih baik pula.

### **3. Aspek-aspek Kecemasan Berbicara di Depan Umum**

Rogers (2004) memaparkan beberapa dari aspek-aspek kecemasan berbicara di depan umum, antara lain:

- a. Aspek Fisik Komponen fisik biasanya dirasakan jauh sebelum memulai pembicaraan. Gejala fisik tersebut dapat berbeda pada tiap orang. Gejala-gejala fisik tersebut diantaranya jantung berdebar-debar, suara yang bergetar, kaki gemetar, kejang perut, dan sulit untuk bernafas.
- b. Aspek Mental Aspek mental memiliki gejala seperti sering mengulang kata atau kalimat, hilang ingatan secara tiba-tiba sehingga sulit untuk mengingat fakta secara tepat dan melupakan hal-hal yang sangat penting. Selain itu juga tersumbatnya pikiran sehingga membuat individu yang sedang berbicara tidak tahu apa yang harus diucapkan selanjutnya.
- c. Aspek Emosional Gejala-gejala yang termasuk dalam komponen emosional adalah adanya rasa tidak mampu, rasa takut yang biasa muncul sebelum individu tampil dan rasa kehilangan kendali. Biasanya secara mendadak muncul rasa tidak berdaya seperti anak yang tidak mampu mengatasi masalah, munculnya rasa panik dan rasa malu setelah berakhir pembicaraan.

Ada pendapat lain dari Burgoon (1994) yang memaparkan aspek-aspek kecemasan berbicara di depan umum sebagai berikut:

- a. *Unwillingness Unwillingness* adalah tidak adanya minat individu melakukan berbicara di depan umum, sehingga ada usaha untuk menghindar bila melakukan kegiatan tersebut.
- b. *Unrewarding Unrewarding* adalah tidak adanya penghargaan atau peningkatan hukuman atas komunikasi yang pernah dilakukan individu. Pengalaman tersebut menjadikan individu mengalami kecemasan bila dikemudian hari berbicara di muka umum lagi.
- c. *Uncontrol Uncontrol* adalah ketidakmampuan individu melakukan kontrol terhadap situasi, peralatan, dan tempat komunikasi sehingga menyebabkan kecemasan.

Beberapa gejala yang di rasakan pada saat seseorang mengalami kecemasan antara lain detak jantung yang cepat, telapak tangan atau punggung berkeringat, nafas terengah-engah, mulut kering, sukar menelan, ketegangan otot (dada, tangan, leher, kaki), tangan atau kaki bergetar, suara bergetar atau parau, berbicara cepat dan tidak jelas, tidak sanggup mendengar atau konsentrasi, serta lupa atau ingatan menjadi berkurang. Nevid, dkk. (2005) mengklasifikasikan gejala-gejala kecemasan dalam tiga jenis gejala yaitu:

- a. Gejala fisik dari kecemasan yaitu pusing atau sakit kepala, kegelisahan, anggota tubuh bergetar, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, merasa lemas, panas dingin, mudah marah atau tersinggung, dan sakit perut.



- b. Gejala behavioral dari kecemasan yaitu berperilaku menghindar, terguncang, melekat dan dependen.
- c. Gejala kognitif dari kecemasan yaitu khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi.

Sejalan dengan pendapat di atas, Rogers (2003) membagi reaksi kecemasan berbicara menjadi dua gejala umum, yaitu:

a. Reaksi Fisik

Reaksi fisik adalah reaksi tubuh terutama oleh organ-oran yang diatur oleh saraf simpatetis seperti jantung, pembuluh darah, kelenjar, pupil mata, sistem pencernaan, dan sistem pembuangan. Adanya kecemasan maka akan memicu satu atau lebih organ-organ dalam tubuh menjadi meningkat fungsinya. Hal ini dapat menimbulkan peningkatan jumlah asam lambung selama kecemasan, atau meningkatnya detak jantung dalam memompa darah sehingga jantung berdebar-debar, keluar keringat yang berlebihan, gemetar, sering buang air, dan sirkulasi darah tidak teratur. Dalam kondisi cemas, sering individu mengalami rasa sakit yang berkaitan dengan organorgan tubuh yang meningkat fungsinya secara tidak wajar. Misalnya ujung jari terasa dingin, pencernaan tidak teratur, tidur tidak nyenyak, nafsu makan hilang, kepala pusing, nafas sesak, mual, dan sebagainya.



## b. Reaksi Psikis

Reaksi psikis adalah reaksi kecemasan yang biasanya disertai oleh reaksi fisiologis. Reaksi psikologis dibedakan menjadi dua gejala yaitu gejala yang terkait dengan proses mental dan gejala emosional. Gejala yang terkait dengan proses mental misalnya mengulang-ulang kata, hilang ingatan, melupakan hal-hal yang penting, tidak dapat memusatkan perhatian, gerakan-gerakan yang tidak terarah atau tidak pasti, dan pikiran tersumbat. Sedangkan gejala emosional misalnya rasa takut, tegang, bingung, tidak menentu, terancam, rendah diri, rasa tidak percaya diri, rasa tidak berdaya, rasa kehilangan kendali, rasa malu, panik, dan khawatir. Kecemasan dapat timbul dari situasi apapun yang bersifat mengancam keberadaan individu. Situasi yang menekan dan menghambat yang terjadi berulang-ulang akan mengakibatkan reaksi yang mengancam.

Sejalan dengan hal tersebut, Atkinson (1996) menyatakan bahwa kecemasan dapat terjadi karena adanya beberapa aspek sebagai berikut:

- a. *Threat* (ancaman) Wujudnya berupa ancaman terhadap tubuh, jiwa dan psikisnya, (seperti kehilangan arti kemerdekaan dan kehidupan) maupun ancaman terhadap eksistensinya (seperti kehilangan hak). Jadi ancaman ini dapat disebabkan oleh sesuatu hal yang betul-betul berhubungan dengan realitas, atau yang tidak berhubungan dengan realitas.

- b. *Conflict* (pertentangan) Timbul karena adanya dua keinginan yang keadaannya saling bertolak belakang. Hampir setiap konflik melibatkan dua alternatif atau lebih yang masing-masing mempunyai sifat approach dan avoidance.
- c. *Fear* (ketakutan) Kecemasan sering kali muncul karena ketakutan akan sesuatu. Adanya ketakutan akan kegagalan tersebut dapat menimbulkan kecemasan misalnya ketika menghadapi ujian atau berbicara di depan kelas.

Burgoon dan Ruffner (1978) secara lebih spesifik menerangkan tentang aspek-aspek kecemasan dalam berkomunikasi sebagai berikut:

- a. *Unwillingness* atau tidak adanya minat untuk ikut berpartisipasi dalam komunikasi. Individu berusaha untuk menghindar berbicara di muka umum.
- b. *Unrewarding* yaitu tidak adanya penghargaan dalam berkomunikasi atau adanya peningkatan hukuman dalam komunikasi sebelumnya. Kecemasan berkomunikasi disebabkan oleh penolakan dari orang lain.
- c. *Control* yaitu kurangnya kontrol individu terhadap situasi dan lingkungan komunikasi (termasuk tempat dan peralatan) yang dapat menyebabkan kecemasan pada pembicara. Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa komponen kecemasan berbicara di depan umum terdiri dari aspek *unwillingness, unrewarding, dan control*.

#### **4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Berbicara di Depan Umum**

Menurut Beaty (dalam Anwar, 2010) kecemasan berbicara di depan umum merupakan bentuk dari perasaan takut atau cemas secara nyata ketika berbicara di depan orang-orang sebagai hasil dari proses belajar sosial. Kecemasan berbicara

di depan umum dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berasal dari luar diri individu (eksternal) dan faktor yang terdapat dalam diri individu (internal).

a. Faktor Eksternal

1) Lingkungan yang baru

Pada saat individu masuk dalam lingkungan yang baru, tidak jarang mengalami kesulitan untuk beradaptasi. Misalkan saja seorang siswa yang baru saja diterima di sekolah, secara tidak langsung akan muncul perasaan cemas dan sulit untuk berbicara dengan orang lain, baik yang bersifat formal maupun informal dengan satu orang ataupun kelompok (Muslimin, 2013). Suasana yang baru, tim pengajar yang berbeda, jumlah kelas dan teman yang lebih banyak serta beragam, dapat menyebabkan munculnya perasaan cemas tersebut dapat mempengaruhi partisipasi siswa dalam hal berbicara khususnya berbiacara di depan umum.

2) Budaya Penelitian

McCroskey dan Richmond (dalam Powel, 2010) menunjukkan bahwa pelajar di pedesaan memiliki kecenderungan kecemasan berbicara di depan kelas lebih tinggi dibandingkan pelajar di perkotaan. Samovar (2007) mengungkapkan bahwa budaya memiliki efek terhadap kecemasan berbicara pada individu sebab budaya dalam masyarakat sangat menentukan proses berpikir, persepsi serta tindakan individu terhadap suatu situasi. Pendapat kedua ahli tersebut dapat dimaknai bahwa kecemasan berbicara pada invidu yang tinggal di pedesaan dapat disebabkan oleh lingkungan

pedesaan yang relatif lebih kecil dan homogen serta kuatnya budaya untuk selalu patuh terhadap peraturan dan guru serta adanya budaya malu pada diri individu. Hal ini berpengaruh terhadap rendahnya frekuensi siswa di pedesaan untuk berbicara, sehingga menyebabkan keterampilan berbicara dan keberanian pelajar untuk berbicara di depan umum di daerah pedesaan kurang terasah berbeda dengan daerah perkotaan yang lebih terampil McCroskey dan Richmond (dalam Powel, 2010).

### 3) Perhatian Orangtua dalam keluarga

Hasibuan (2011) menyatakan bahwa perkembangan kecemasan berbicara pada individu mulai terjadi sejak usia kanak-kanak dan berkembang hingga usia dewasa. Keluarga adalah lingkungan pertama dalam kehidupan individu, tempat individu belajar menyatakan diri sebagai makhluk sosial. Rothlisberg (dalam Rice, 2002) mengungkapkan bahwa interaksi yang berkualitas antara anggota keluarga berpengaruh terhadap kesuksesan individu dalam tumbuh kembangnya. Individu yang terbiasa direspon dengan baik dalam keluarga akan menunjukkan perilaku yang lebih positif seperti pencapaian prestasi yang tinggi, konsep diri yang positif, moral yang baik, serta mampu berkomunikasi secara efektif.

## b. Faktor Internal

### 1) Pola pikir

Pola pikir sangat berpengaruh terhadap suasana hati, reaksi fisik dan akan menyebabkan terjadinya perubahan interaksi sosial seseorang.

Perubahan dalam perilaku individu berpengaruh terhadap bagaimana individu tersebut berpikir dan juga terhadap bagaimana individu tersebut merasa, baik secara fisik maupun secara emosional. Pola pikir seseorang sangat membantu dalam mengatasi masalah yang berhubungan dengan suasana hati (mood) seperti depresi, kecemasan, kemarahan, kepanikan, kecemburuan, rasa bersalah dan rasa malu (Mapes, 2006). 30 Peale (2001) menyatakan bahwa berpikir umumnya terbagi menjadi dua yaitu berpikir positif dan berpikir negatif.

Apabila seseorang mempunyai pola pikir yang positif maka individu tersebut dapat mengatasi masalah yang berhubungan dengan suasana hati. Sebaliknya apabila seseorang mempunyai pola pikir yang negatif, maka individu tersebut cenderung menjadi depresi, cemas, panik, muncul perasaan bersalah, yang pada akhirnya akan mengganggu interaksi sosialnya. Albreth (2009) menyatakan bahwa individu yang berpikir positif akan mengarahkan pikiran-pikirannya ke hal-hal yang positif, akan berbicara tentang kesuksesan daripada kegagalan, cinta kasih daripada kebencian, kebahagiaan daripada kesedihan, keyakinan daripada ketakutan, kepuasan daripada kekecewaan sehingga individu akan bersikap positif dalam menghadapi permasalahan.

Pola pikir seseorang dapat membantu dalam menyelesaikan masalahnya, dapat pula merugikannya. Seseorang yang sering mengalami musibah kebanyakan berpola pikir takut musibah, selalu cemas atau selalu



memikirkan kecelakaan. Sebaliknya, orang yang selalu bergembira memiliki pola pikir positif, mampu melihat kebaikan dalam setiap peristiwa, tidak ada kecenderungan menyakiti diri sendiri dan orang lain (Elfiky, 2009). Begitu juga dengan kecemasan berbicara di depan umum, saat seseorang berpikir positif maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum, sebaliknya semakin seseorang berpola pikir negatif maka akan semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum. Hal ini dapat disebabkan karena individu membangun pesan-pesan yang negatif dan memperkirakan hal-hal yang negatif sebagai hasil keikutsertaannya dalam interaksi komunikasi.

Berpikir positif memiliki kecenderungan individu untuk memandang segala sesuatu dari segi positifnya dan selalu berpikir optimis terhadap lingkungan serta dirinya sendiri. Pola pikir inilah yang dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya (William, 2004).

## 2) Keterampilan komunikasi

Manusia dalam kehidupan sosial tidak dapat terlepas dari proses interaksi dengan orang lain. Sifat sosial manusia adalah membutuhkan orang lain dalam pemenuhan kebutuhan-kebutuhan hidup sehari-hari. Hubungan timbal balik membutuhkan komunikasi verbal dan non verbal. Keterampilan komunikasi yang baik cenderung mengurangi kecemasan berbicara di depan umum. Kecemasan berbicara di depan umum yang dimaksud peneliti adalah kecemasan yang terjadi pada individu ketika



tampil berbicara di depan publik, menjadi presenter, menjadi MC, menjadi announcer (penyiar radio), sebagai negosiator dalam melaksanakan negosiasi dengan orang lain, pada saat melaksanakan praktik profesi di semester enam, kuliah kerja nyata ataupun terjun ke masyarakat secara langsung (Wahyuni, 2015:32).

### 3) Pengalaman individu

Burgoon (1994) menyebutkan bahwa satu faktor yang menyebabkan kecemasan berbicara di depan umum yaitu kurangnya pengalaman atau adanya pengalaman yang tidak menyenangkan yang dirasakan individu. Hal ini mengakibatkan individu cenderung mempunyai pikiran dan perasaan yang negatif terhadap dirinya dan kemudian menghindar untuk berbicara di depan umum. Individu meyakini bahwa kejadian yang buruk akan terjadi.

### 4) Penyesuaian diri

Taylor (2011) Penyesuaian diri adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk menampilkan perilaku tertentu atau untuk mencapai target tertentu. Dengan kata lain, Penyesuaian diri adalah bagaimana kita merasakan tentang diri kita sendiri, dan perilaku kita akan merefleksikan tanpa kita sadari. Penyesuaian diri bukan merupakan bakat (bawaan), melainkan kualitas mental, artinya Penyesuaian diri merupakan pencapaian yang dihasilkan dari proses pendidikan atau pemberdayaan. Menurut Rakhmat (2009), apabila orang merasa rendah diri, ia akan mengalami kesulitan untuk mengkomunikasikan gagasannya pada orang

lain, dan menghindar untuk berbicara di depan umum, karena takut orang lain menyalahkannya. kecemasan dalam interaksi sosial lebih sering dikarenakan adanya pikiran-pikiran negatif dalam diri individu. Individu merasa orang lain tidak dapat menerima dirinya karena perbedaan-perbedaan yang dimilikinya, seperti perbedaan status sosial, status ekonomi dan tingkat pendidikan. Penyesuaian diri siswa diasumsikan dapat mempengaruhi tingkat kecemasan mereka di dalam berbicara di depan umum. Siswa dengan memiliki Penyesuaian diri yang memadai akan dapat meminimalisir kecemasan yang terjadi pada diri mereka saat mengadakan sebuah presentasi, dan mahasiswa tersebut dapat menyikapi sebuah proses presentasi dengan respon yang positif.

#### 5) Efikasi diri

Ketika menghadapi tugas yang menekan, dalam hal ini berbicara di depan umum, keyakinan individu terhadap kemampuan mereka akan mempengaruhi cara individu dalam bereaksi terhadap situasi yang menekan (Bandura, 1997). Menurut Prakosa (2006) keyakinan terhadap diri sendiri sangat diperlukan oleh pelajar ataupun mahasiswa. Keyakinan ini akan mengarahkan kepada pemilihan tindakan, pengerahan usaha, serta keuletan individu. Keyakinan yang didasari oleh batas-batas kemampuan yang dirasakan akan menuntut seseorang untuk berperilaku secara mantap dan efektif. Bandura (1997) menyatakan bahwa sebagai keyakinan individu bahwa dirinya dapat menguasai situasi dan memperoleh hasil yang positif

adalah efikasi diri. Sejalan dengan hal tersebut, Sarafino (1994) mengungkapkan bahwa kecemasan antara satu individu dengan individu lainnya dapat berbeda tergantung pada penilaian pribadi individu terhadap kemampuan yang dimilikinya yang disebut dengan efikasi diri.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor eksternal dan faktor internal yang dapat dijabarkan masing-masing. Faktor eksternal meliputi lingkungan yang baru, budaya dan komunikasi dalam keluarga. Sedangkan faktor internal meliputi pola pikir, keterampilan komunikasi, pengalaman individu, kepercayaan diri dan efikasi diri. Mapes (2006) menyatakan bahwa pola pikir berpengaruh terhadap suasana hati, reaksi fisik dan akan menyebabkan terjadinya perubahan interaksi sosial seseorang. Perubahan dalam perilaku individu tersebut akan mempengaruhi cara individu berpikir dan merasa, baik secara fisik maupun emosional.

Pola pikir terbagi menjadi dua yaitu berpikir positif dan berpikir negatif. Individu yang mempunyai pola pikir yang positif akan dapat mengatasi masalah yang berhubungan dengan suasana hati, misalnya mampu mengatasi perasaan cemas/panik, mengatasi rasa bersalah dan malu yang pada akhirnya dapat membantu individu tersebut dalam interaksi sosialnya (Peale (2001). Sehingga individu yang mampu berpikir positif akan mampu untuk mengurangi kecemasan saat berbicara di depan umum.

Penelitian dari Rahayu (2006) menemukan adanya hubungan negatif antara pola pikir positif dengan kecemasan berbicara di depan umum. Semakin tinggi tingkat berpikir positif, maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum. Sebaliknya, semakin rendah tingkat berpikir positif, maka semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum. Ketika menghadapi tugas yang menekan dalam hal ini berbicara di depan umum, keyakinan individu terhadap kemampuan mereka akan mempengaruhi cara individu dalam bereaksi terhadap situasi yang menekan.

Bandura (1997) menyatakan bahwa keyakinan akan kemampuan dalam diri individu bahwa dirinya dapat menguasai situasi dan memperoleh hasil yang positif disebut efikasi diri. Dengan keyakinan akan kemampuan tersebut, individu akan berusaha semaksimal mungkin dalam mencapai hasil yang baik. Saat individu mendapatkan tugas (khususnya berbicara di depan umum), maka ia akan berusaha untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Sehingga rasa cemas yang muncul saat harus berbicara di depan umum akan dapat dikendalikan oleh individu.

Penelitian dari Djayanti (2015) menemukan adanya hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Semakin tinggi tingkat efikasi diri, maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum. Sebaliknya, semakin rendah tingkat efikasi diri, maka semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum. Dua faktor berpikir positif dan dan efikasi diri kemudian dipilih berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan

sebelumnya. Selain itu juga peneliti ingin melihat dan menguji asumsi, sejauh mana faktor dari dalam diri (internal) yang meliputi berpikir positif dan efikasi diri mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum.

### **5. Jenis-jenis Kecemasan Berbicara di Depan Umum**

Menurut Kartono membagi kecemasan menjadi dua jenis kecemasan, seperti kecemasan ringan; dan kecemasan berat.

a. Kecemasan Ringan, Kecemasan Ringan dibagi menjadi dua kategori yaitu:

- 1) Kecemasan ringan yang muncul sebentar adalah suatu kecemasan yang wajar terjadi pada individu akibat situasi-situasi yang mengancam pada individu tersebut tidak dapat mengatasinya sehingga timbulnya kecemasan.
- 2) Kecemasan ringan yang lama adalah kecemasan yang dapat diatasi tetapi karena individu tersebut tidak segera mengatasi penyebab munculnya kecemasan, maka kecemasan tersebut akan mengendap lama dalam diri individu.

b. Kecemasan berat, Kecemasan berat adalah kecemasan yang terlalu berat dan berakar secara mendalam dalam diri seseorang. Kecemasan berat dibagi menjadi dua kategori, yaitu:

- 1) Kecemasan berat yang sebentar dapat menimbulkan traumatis pada individu jika menghadapi situasi yang sama.
- 2) Kecemasan yang berat tetapi munculnya lama akan merusak kepribadian individu. Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa jenis-jenis kecemasan ialah suatu kecemasan yang wajar



terjadi pada individu akibat situasi yang mengancam dirinya serta dapat menimbulkan traumatis dan akan merusak kepribadian individu itu sendiri.

## **6. Komponen Kecemasan Berbicara di Depan Umum**

Roggers membagi komponen kecemasan berbicara di depan umum menjadi tiga, yaitu:

- a. Komponen fisik yang biasanya dirasakan jauh sebelum memulai pembicaraan yaitu, detak jantung yang semakin cepat, suara yang bergetar, kaki gemetar, kejang perut, sulit untuk bernafas, dan hidung berlendir.
- b. Komponen proses mental, sering mengulang kata-kata, hilang ingatan secara tiba-tiba, dan tersumbatnya pikiran sehingga membuat individu yang sedang berbicara tidak tahu apa yang harus di bicarakan selanjutnya.
- c. Komponen emosional, adanya rasa tidak mampu, rasa takut yang biasa muncul sebelum individu tampil, munculnya rasa panik, dan rasa malu setelah berakhirnya pembicaraan.

## **7. Tingkat Kecemasan Berbicara di Depan Umum**

Menurut Townsend tingkat kecemasan di bagi menjadi beberapa bagian, seperti kecemasan ringan, kecemasan sedang dan kecemasan berat.

### **a. Kecemasan ringan**

Perasaan bahwa ada sesuatu yang berbeda dan membutuhkan perhatian khusus. Stimulasi sensori meningkat dan membantu individu memfokuskan perhatian untuk belajar, menyelesaikan masalah, berpikir, bertindak,



merasakan, dan melindungi diri sendiri. Videbeck mengemukakan bahwa dalam kecemasan ringan terdapat indikator-indikator, sebagai berikut:

- 1) Respon fisik, ketegangan otot ringan, sadar akan lingkungan, rileks atau sedikit gelisah, penuh perhatian, dan rajin.
- 2) Respon kognitif, terlihat tenang, percaya diri, perasaan gagal sedikit, waspada dan memperhatikan banyak hal, mempertimbangkan informasi, dan tingkat pembelajaran optimal.
- 3) Respon emosional Perilaku otomatis, sedikit tidak sadar, aktivitas menyendiri, terstimulasi, dan tenang.

b. Kecemasan sedang

Merupakan perasaan yang mengganggu bahwa ada sesuatu yang benar-benar berbeda individu menjadi gugup atau agitasi. Videbeck mengemukakan bahwa dalam kecemasan sedang terdapat indikator-indikator, sebagai berikut:

- 1) Respon fisik, ketegangan otot sedang, tanda-tanda vital meningkat, sering mondar-mandir, memukul tangan, suara yang bergetar, dan nada suara yang tinggi.
- 2) Respon kognitif, tidak perhatian secara selektif, fokus terhadap stimulus meningkat, rentang perhatian menurun, dan penyelesaian masalah menurun.
- 3) Respon emosional, tidak nyaman, mudah tersinggung, kepercayaan diri goyah, dan tidak sadar.

c. Kecemasan berat

Adanya sesuatu yang berbeda dan ada ancaman, memperlihatkan respon takut dan distress. Videbeck mengemukakan bahwa dalam kecemasan berat terdapat indikator-indikator, sebagai berikut:

- 1) Respon fisik, ketegangan otot berat, kontak mata buruk, pengeluaran keringat meningkat, bicara cepat, mondar-mandir, meremas tangan dan gemetar.
- 2) Respon kognitif, proses berfikir terpecah-pecah, sulit berfikir, dan penyelesaian masalah buruk.
- 3) Respon emosional, sangat cemas, takut, bingung, menarik diri, dan penyangkalan.

## **B. Perhatian Orang Tua**

### **1. Pengertian Perhatian Orang tua**

Dalam kamus besar Indonesia perhatian adalah hal memperhatikan, apa yang diperhatikan, minat. Perhatian adalah kegiatan yang dilakukan seseorang dalam hubungannya dengan pemilihan rangsangan yang datang dari lingkungannya. Perhatian yaitu mengarahkan indera atau sistem persepsinya untuk menerima informasi tentang sesuatu. Perhatian adalah minat. Menurut Gazali perhatian adalah keaktifan jiwa yang dipertinggi, jiwa itupun semata-mata tertuju pada sesuatu obyek (benda/hal) atau sekumpulan obyek. Orang tua adalah pendidik yang pertama dan utama bagi anaknya. Karena sebelum orang lain mendidik anak ini, kedua orang tuanyalah yang mendidik terlebih dahulu.

Orang tua adalah guru dan orang terdekat bagi anak yang harus menjadi panutan. Orang tua adalah pendidik yang penuh cinta dan kasih sayang pada anak-anaknya. Anak-anak adalah aset besar orang tua. Islam menetapkan hak-hak yang harus ditunaikan orang tua kepada anak-anaknya. Hal yang terpenting yang menjadi kewajiban orang tua terhadap anaknya adalah memberi nafkah yang halal, memperlakukan mereka dengan adil, dan memberikan mereka pendidikan dan pengajaran. Dari pengertian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa perhatian orang tua adalah minat orang tua dalam mendidik anak-anaknya sebagai aset penting bagi orang tuanya.

## **2. Aspek-aspek yang Mempengaruhi Perhatian Orang Tua**

Derina Asta (1996) Adanya dukungan dari orang tua, lingkungan dan juga pendidikannya juga bisa menjadi sumber utama agar melatih anak memiliki sikap yang berani. Biasanya anak yang tidak memiliki sikap berani dikarenakan rasa percaya diri yang rendah, sehingga sebagai pendidik dan orang tua kita perlu untuk menumbuhkan mental dan memberikan motivasi agar anak menjadi lebih percaya diri. Untuk itu memang dibutuhkan berbagai treatment yang tepat untuk menumbuhkan jiwa berani pada anak. diantaranya cara yang harus diterapkan agar anak menjadi berani:

### **a. Mengajarkan Anak Berfikir Positif**

Dengan mengajarkan anak agar selalu berfikir positif, kita juga dapat menerapkan ilmu dan memberikan pengalaman baru pada anak. Dalam hal ini agar anak dapat menciptakan fikirannya yang positif agar memiliki sifat yang

pembernai. Karena apabila anak selalu berfikir yang negative, dengan begitu mental anak akan jatuh, dan anak pun akan sulit untuk menumbuhkan keberanian pada dirinya. Setiap anak pasti diberikan keistimewaan masing-masing dan diberi kelebihan yang memang dia kuasai. Nah sebagai orang tua sebaiknya kita lebih mengasah kemampuan dan kelebihan anak tersebut, dalam hal ini akan lebih memiliki sikap percaya diri yang tinggi sehingga keberanian pada dirinya pun akan tumbuh dengan sendirinya.

b. Menumbuhkan Rasa Sikap Percaya Diri

Percaya atau tidak sikap percaya diri akan menumbuhkan rasa keberanian pada seorang anak. Untuk itu sebagai orang tua melalui lingkungan psikologi keluarga perlu menumbuhkan rasa percaya diri anak untuk itu anak dengan sendirinya akan merasa memiliki keberanian untuk tampil di depan umum. Atau juga menumbuhkan rasa berani untuk kehidupannya yang akan datang. Sebagai orang tua untuk dapat menumbuhkan mental berani pada anak adalah dengan mendorongnya agar mau mencoba hal yang baru. Dalam hal ini rasa keberanian pada anak akan muncul dengan sendirinya. Taamkan juga pada anak, bahwa dia tidak usah khawatir dengan apapun resiko yang nanti akan dihadapinya.

c. Memberi Kesempatan untuk Jadi Pemimpin

Kita bisa menumbuhkan rasa kepemimpinan anak sejak dini. Misalnya dengan menyuruhnya untuk memimpin barisan saat di sekolah, atau juga untuk dapat memimpin doa saat ada di rumah atau dis ekolah. Sehingga dengan

sendirinya aka nada mental pemberani pada diri anak tersebut. anak pun tidak menjadi pemalu dan mau berbicara di depan umum. Melakukan aktivitas luar ruangan. Untuk menumbuhkan rasa keberanian pada anak memang tidaklah mudah. Untuk itu sebagai orang tua kita pun harus ikut serta untuk mengajarkan anak agar lebih memiliki sikap pemberani. Salah satunya seperti selalu mengikutsertakan dirinya pada kegiatan aktivitas diluar ruangan, salah satunya seperti kegiatan aoutbound, karena dalam kegiatan tersebut akan meningkatkan adrenalin anak serta psikologi sosial nya. Dari kegiatan tersebut anak pun bisa lebih termotivasi untuk selalu mencoba hal yang membuatnya jaug lebih berani.

Saat orang tua sedang melakukan pekerjaan tertentu, misalnya dalam hal bersih-bersih rumah, anda bisa mengikutsertakan anak dalam hal ini. Misalnya dengan meberinya tanggung jawab untuk menyapu halaman rumah ataupun sekedar membersihkan permainan yang telah dia mainkan. Untuk itu anak akan merasa diberi tanggung jawab, sehingga dalam hal ini akan menumbuhkan rasa berani terhadap anak nantinya. Sebagai orang tua, sebaiknya jangan pernah membandingkan anak dengan anak yang lainnya. Dalam hal ini anak akan diajarkan agar lebh dapat menghargai dirinya sendiri. Sehingga nantinya dia akan bisa menumbuhkan rasa keberanian pada dirinya sendiri, tanpa harus mneyombongkan sikap yang ada pada dirinya.



d. Rajin Berkomunikasi dengan Anak

Komunikasi antara orang tua dan anak sangatlah penting, selain menumbuhkan mental percaya diri pada anak. Anak juga akan dilatih agar dapat memiliki sikap berani. Dalam hal ini tentu peran penting orang tua dan juga guru yang ada di sekolah sangatlah memiliki pengaruh yang cukup besar. Memberikan ruang pada anak untuk berkeluh kesah juga bisa membuat anak lebih nyaman pada lingkungannya sehingga dengan sendirinya akan timbul rasa berani tersebut. Anak biasanya akan mencontoh orang tua, untuk itu sebagai orang tua sebelum memebritahukan anak mengenai sifat berani yang perlu dimilikinya, kita juga wajib mencontohkan pada anak untuk dapat memiliki sikap pemberani. Sehingga dalam hal ini bukan hanya teori saja yang kita berikan, namun dengan mencontohnya sikap tersebut di hadapan anak. sehingga dalam hal ini memperlihatkan anak cara meingkatkan kepercayaan diri.

Membebaskan anak untuk memilih hal yang disukai nya. Anak akan merasa nyaman apabila dia berada di suatu temat atau lingkungan yang memang dia sukai. Untuk itu kita juga perlu memberi kebebasan pada anak namun dengan terus mengawasinya. Untuk itu anak pun akan merasa nyaman dan dengan sendirinya akan tumbuh rasa percaya diri pada anak. Memberikan nasihat yang membangun Memberikan nasihat dan teori kepercayaan diri yang membangun dan mengandung motivasi juga sangat penting. Karena dalam hal ini anak juga akan merasa terdorong dengan adanya motivasi dari orang tuanya. Sehingga dengan sendirinya dia akan merasa lebih berani untuk bertindak dan juga



melakukan sesuatu yang memang benar-benar dalam hal positif nantinya. Kebanyakan orang tua selalu melarang-larang anaknya. Padahal sikap ini justru akan membuat anak merasa tidak percaya diri dan kehilangan rasa keberanian dalam dirinya. Untuk itu sebaiknya anda sebagai orang tua membebaskan anak namun dalam batas yang sewajarnya. Seperti memberinya kebebasan bermain namun di luar jam sekolah, atau memberikannya kebebasan untuk bermain permainan yang dia sukai.

### **3. Macam-macam Perhatian Orang Tua**

Perhatian dapat dikelompokkan menjadi berbagai macam diantaranya yaitu:

- 1) Spontan dan disengaja, Spontan maksudnya adalah perhatian yang timbul dengan sendirinya, karena menarik sesuatu dan tidak didorong oleh kemauan. Sedangkan disengaja adalah perhatian timbul karena usaha.
- 2) Statis dan disengaja Statis maksudnya adalah perhatian yang tetap pada sesuatu dengan tidak mengalami perubahan. Sebaliknya perhatian dinamis adalah selalu berubah-ubah dari satu objek ke objek lain.
- 3) Konserfatif (perhatian memusat) dan distributive (perhatian terbagi-bagi) Konserfatif maksudnya adalah perhatian seseorang yang hanya ditujukan pada satu objek (masalah), dengan sifat agak tetap, kukuh, kuat dan tidak mudah memindahkan perhatiannya pada objek lain. Sebaliknya distributive, seseorang dapat melakukan perhatian kepada beberapa arah dalam waktu bersamaan.

4) Sempit dan luas Maksudnya, seseorang yang mempunyai perhatian sempit dengan mudah dapat memusatkan perhatiannya pada objek terbatas, sekalipun dalam lingkungan yang ramai. Disamping itu, perhatian orang semacam ini tidak mudah beralih pada objek lain, termasuk juga jiwanya tidak mudah tergoda pada keadaan sekelilingnya. Sebaliknya, seseorang yang memiliki perhatian luas dengan mudah sekali tertarik pada kejadian-kejadian disekelilingnya, sehingga perhatiannya tidak mengarah pada objek tertentu.

#### **4. Bentuk- bentuk Perhatian Orang Tua**

##### **a. Hadiah dan Hukuman**

Menurut uraian H.C. Witherington dan Lee J. Cronbach Bapemsi, salah satu faktor serta kondisi yang mendorong perbuatan belajar adalah efek penghargaan (*reward*) dan hukuman. Situasi yang mengandung hukuman dapat diilustrasikan dengan individu dimasukkan dalam lingkaran kanan ditutup dengan tugas, kiri ditutup dengan ancaman hukuman, atas bawah ditutup dengan barrier (pengawasan). Dalam situasi seperti ini individu harus memilih alternatif yang sama-sama tidak disenangi. Sedangkan situasi yang mengandung hadiah, individu lebih masuk ke medan terbuka satu sisi, sebelah kanan ada tugas sebagai pra sarat untuk mencapai hadiah sehingga tidak ada tegangan.

b. Pemeliharaan jasmani dan psikis

Menurut uraian H.C. Witherington dan Lee J. Cronbach Bapemsi, salah satu faktor serta kondisi yang mendorong perbuatan belajar adalah kesehatan jasmani dan keadaan psikis. Kekurangan gizi biasanya mempunyai pengaruh terhadap keadaan jasmani, mudah mengantuk, lekas lelah, lesu dan sejenisnya terutama bagi anak-anak yang usianya masih muda, pengaruh ini sangat menonjol. Selain kadar makanan juga pengaturan waktu istirahat yang tidak baik dan kurang, biasanya tidak menguntungkan. Akibat lebih jauh adalah daya tahan badan menurun, yang berarti memberi daerah kemungkinan lebih luas lagi berbagai jenis macam penyakit seperti influenza, batuk dan lainnya secara keseluruhan, badan kurang sehat sudah cukup mengganggu aktivitas belajar, apabila sampai jatuh sakit, boleh dikatakan aktivitas ini berhenti. Sedangkan keadaan psikis memiliki peran yang sangat menentukan di dalam belajar. Karena nampak dengan jelas bahwa belajar lebih banyak berhubungan dengan jiwa.

c. Mengarahkan dan membimbing

Menurut LD. Crow, Ph.D. dan Alice Crow, Ph.D. salah satu faktor aspek mengajar adalah “direct or guide learning” (mengarahkan dan membimbing belajar). Pendidik senantiasa harus senantiasa menunjukkan kepada anak manusia yang masih muda ini, tentang kepentingan masyarakat lingkungannya dengan segala variasi dan perubahan-perubahan yang progresif, tujuan mereka belajar harus digaris bawahi dengan tebal dan jelas,

mereka diperlihatkan jalan dan arah serta perlengkapan menuju tujuan yang sedang dikejar. Semua aktivitas belajar harus tunduk terhadap tujuan dan mereka harus terus-menerus diberi semangat yang kuat dan benar.

## 5. Menciptakan Lingkungan yang Aman

Salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan belajar adalah faktor lingkungan. Faktor ini dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu:

### a. Lingkungan alami

Lingkungan alami seperti keadaan suhu, kelembapan udara. Belajar dalam keadaan udara yang sejuk dan segar akan lebih baik hasilnya dari pada belajar dalam keadaan udara yang panas dan pengap.

### b. Lingkungan sosial

Lingkungan sosial baik yang berwujud manusia atau representasinya (wakilnya) maupun yang berwujud hal-hal yang lain, langsung berpengaruh terhadap proses dan hasil belajar. Seseorang yang belajar akan terganggu bila ada orang lain yang mondar-mandir didekatnya atau keluar masuk atau bercakap-cakap didekat tempat belajar itu. Representasi manusia atau potret, tulisan, rekaman suara dan lainnya juga berpengaruh. Lingkungan sosial lain yang juga berpengaruh, seperti mesin, pabrik, hiruk pikuk lalu lintas, keramaian pasar atau tempat kerja dan lain sebagainya.

### c. Pemenuhan fasilitas

Pemenuhan fasilitas berfungsi sebagai salah satu sarana tercapainya tujuan-tujuan belajar yang sudah direncanakan. Pemenuhan ini dapat berwujud

perangkat keras seperti gedung sekolah, ruang belajar dan perlengkapannya, alat-alat praktikum, program belajar mengajar, pedoman-pedoman belajar dan sebagainya. Semua ini besar pengaruhnya terhadap bagaimana belajar itu terjadi dan bagaimana hasilnya.

#### d. Pengawasan

Pengawasan yaitu usaha mengawasi yang dilakukan terhadap lingkungan yang turut menentukan sejauhmana lingkungan menjadi lingkungan belajar yang baik, yakni lingkungan belajar yang menantang dan merangsang anak-anak untuk belajar, memberi rasa aman dan kepuasan serta mencapai tujuan yang diharapkan. Berdasarkan penjelasan di atas, maka orang tua sebagai pendidik dalam lingkungan keluarga akan berhasil mencapai tujuan pembelajaran anaknya dengan mengarahkan dan membimbing, memenuhi fasilitas, pemeliharaan jasmani dan psikis, menciptakan lingkungan yang aman, pengawasan serta memberikan hadiah dan hukuman dalam proses belajar anak.

Perhatian berhubungan erat dengan kesadaran jiwa terhadap suatu obyek. Taraf kesadaran akan meningkat jika jiwa dalam mereaksi sesuatu juga meningkat. Perhatian timbul dengan adanya pemusatan kesadaran terhadap sesuatu. Abraham Maslow (Slameto, 2010: 74) menggolongkan kebutuhan manusia menjadi tujuh tingkatan, apabila seseorang telah dapat memenuhi kebutuhan pertama yaitu kebutuhan fisiologis misalnya, baru ia



akan berusaha memenuhi kebutuhan selanjutnya, kebutuhan akan merasa aman.

Tujuh tingkat kebutuhan manusia menurut Abraham Maslow (Slameto, 2010: 74) adalah sebagai berikut:

- a) Kebutuhan fisiologis, Kebutuhan fisiologis merupakan kebutuhan pokok yang harus dipenuhi segera, seperti makan, minum, berpakaian dan tempat tinggal.
- b) Kebutuhan rasa aman dan perlindungan (*safety and security*), Kebutuhan rasa aman dan perlindungan merupakan kebutuhan seseorang untuk memperoleh keselamatan, keamanan, perlindungan dari bahaya dan penyakit dan sebagainya.
- c) Kebutuhan sosial (*social needs*), Kebutuhan sosial adalah kebutuhan seseorang untuk disukai dan menyukai, dicintai dan mencintai, bergaul, berkelompok, dan bermasyarakat.
- d) Kebutuhan akan penghargaan (*esteem needs*) Kebutuhan seseorang untuk memperoleh kehormatan, penghormatan, pujian, penghargaan dan pengakuan.
- e) Kebutuhan aktualisasi diri (*self actualization*), Kebutuhan seseorang untuk memperoleh kebanggaan mengembangkan bakat, berkreasi, dan memaksimalkan potensipotensi yang ada dalam dirinya.

f) Kebutuhan akan mengetahui dan mengerti, Kebutuhan manusia untuk memuaskan rasa ingin tahunya, mendapatkan keterangan-keterangan dan mengerti tentang sesuatu.

g) Kebutuhan estetik, Kebutuhan estetik merupakan kebutuhan yang berhubungan dengan keindahan, kebutuhan ini dimanifestasikan dengan kebutuhan akan keteraturan, keseimbangan dan kelengkapan dari suatu tindakan.

Muniarti Sulastrri (Ida Susanti,1996: 19) memberikan gambaran tentang perhatian orang tua sebagai berikut: “Orang tua yang menaruh perhatian besar terhadap anaknya dapat dilihat, misalnya adanya peringatan-peringatan, teguran-teguran, memperhatikan penyediaan sarana studi dan sebagainya. Lebih lanjut dikatakan bahwa orang tua memperhatikan anaknya terutama dalam belajar dapat dilihat dari usaha orang tua untuk memenuhi kebutuhan belajar anaknya, banyak anak yang lemah semangat belajarnya karena orang tua kurang memperhatikan kebutuhan fasilitas belajar anaknya” Alex Sobur (Anggoro, 2010: 21) mengemukakan bahwa perhatian orang tua dalam hubungannya dengan kegiatan belajar anak yaitu perhatian pada pelajaran dan kesulitan yang dialami.

Dari uraian di atas jelaslah bahwa orang tua yang menaruh perhatian yang besar kepada anaknya tercermin dalam perilaku sebagai berikut:

1) Pemenuhan kebutuhan dasar anak, yang meliputi kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman dan perlindungan, kebutuhan sosial, kebutuhan

penghargaan, kebutuhan aktualisasi diri, kebutuhan akan mengetahui dan mengerti dan kebutuhan estetik.

- 2) Membantu kesulitan belajar yang dialami anak seperti selalu menanyakan kepada anak, apakah ada yang kurang dimengerti atau tidak tahu tadi pada waktu di sekolah.

## **6. Faktor Yang Mempengaruhi Perhatian Orang Tua**

Perhatian orang tua merupakan keaktifan jiwa yang diarahkan kepada suatu obyek tertentu dipengaruhi oleh beberapa faktor yang mempengaruhi. Menurut ahli ada beberapa faktor yang mempengaruhi perhatian. Menurut Abu Ahmadi (1992: 150), faktor-faktor yang mempengaruhi perhatian orang tua adalah sebagai berikut:

- a. Pembawaan, Adanya pembawaan tertentu yang berhubungan dengan obyek yang direaksi, maka sedikit banyak akan timbul perhatian pada obyek tertentu.
- b. Latihan dan kebiasaan, Meskipun dirasa tidak ada bakat pembawaan, tetapi karena hasil dari latihan dan kebiasaan dapat menyebabkan mudah timbulnya perhatian.
- c. Kebutuhan, Adanya kebutuhan sesuatu memungkinkan timbulnya perhatian terhadap obyek tersebut. Kebutuhan merupakan dorongan, sedangkan dorongan mempunyai tujuan yang harus dicurahkan kepadanya.
- d. Kewajiban, Di dalam kewajiban terkandung tanggung jawab yang harus dipenuhi oleh orang tua. Maka demi terlaksananya suatu tugas, apa yang terjadi kewajibannya akan dijalankan dengan penuh perhatian.

- e. Keadaan jasmani, sehat tidaknya jasmani, segar tidaknya badan sangat mempengaruhi perhatian terhadap anak, anak selalu membutuhkan perhatian kapan saja.
- f. Suasana jiwa, keadaan batin perasaan, fantasi, pikiran, dan sebagainya sangat mempengaruhi perhatian, mungkin dapat membantu sebaliknya dan juga mungkin dapat menghambat perhatiannya kepada anak.
- g. Suasana sekitar, adanya bermacam-macam perangsang di sekitar kita dapat mempengaruhi perhatian.
- h. Kuat tidaknya perangsang anak itu sendiri, kuat tidaknya perangsang yang bersangkutan dengan anak, perhatian sangatlah mempengaruhi.

Sedangkan Menurut Mohammad Surya (2004: 96), ada beberapa faktor yang mempengaruhi perhatian individu sebagai berikut:

- a. Minat, seberapa besar individu merasa suka/tidak suka kepada sesuatu. Karena sesuatu yang diminati akan lebih menarik perhatian,
- b. Kondisi fisik/kesehatan, kondisi fisik yang baik akan meningkatkan perhatian individu terhadap sesuatu, sebaliknya jika kondisi fisik yang kurang baik perhatian terhadap suatu obyek akan berkurang,
- c. Keletihan, jika individu sedang merasa keletihan maka ia akan sukar untuk memperhatikan sesuatu,
- d. Motivasi, individu yang memiliki motivasi yang besar akan lebih banyak memperhatikan sesuatu, karena dengan motivasi yang besar akan lebih merangsang obyek untuk melakukan sesuatu,

- e. Kebutuhan perhatian, individu yang membutuhkan perhatian secara langsung ataupun tidak langsung ia akan memperhatikan orang lain,
- f. Harapan, perkiraan individu terhadap suatu tujuan akan mendorong individu tersebut untuk dapat lebih banyak memberikan perhatian,
- g. Karakteristik kepribadian, sifat-sifat pribadi individu akan mempengaruhi kualitas perhatiannya terhadap segala sesuatu. Dari uraian di atas dapat diketahui bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perhatian adalah dari Pembawaan, latihan dan kebiasaan, kebutuhan, kewajiban, keadaan jasmani, suasana jiwa, suasana sekitar, kuat tidaknya perangsang dari obyek itu sendiri, Minat, Kondisi fisik/kesehatan, Keletihan, Motivasi, Kebutuhan perhatian, Harapan, Karakteristik kepribadian.

## **7. Jenis-jenis Perhatian Orang Tua**

Perhatian orang tua dapat digolongkan menjadi beberapa jenis, seperti yang dikemukakan oleh para ahli. Menurut Baharuddin (2007: 179-181) perhatian dapat dibedakan menjadi beberapa macam yaitu:

- a. Perhatian spontan yakni perhatian yang timbul dengan sendirinya (bersifat pasif). Perhatian spontan ini berhubungan erat dengan minat individu terhadap suatu obyek, sedangkan perhatian tidak spontan yakni perhatian yang timbul dengan disengaja. Oleh karena itu, harus ada kemauan yang menimbulkannya (bersifat aktif).
- b. Perhatian sempit dan perhatian luas. Perhatian yang sempit ialah perhatian individu pada suatu saat yang hanya memerhatikan obyek yang sedikit atau



terbatas. Sedangkan perhatian yang luas adalah perhatian individu yang pada suatu saat dapat memerhatikan obyek yang banyak sekaligus.

c. Perhatian konsentratif (memusat) dan perhatian distributif (terbagi-bagi)

Perhatian konsentratif ialah perhatian yang ditujukan kepada suatu obyek.

Misalnya seorang yang sedang memancing ikan, seorang pemburu yang sedang menembak binatang. Sedangkan perhatian distributif ialah perhatian yang ditujukan pada beberapa obyek pada waktu yang sama. Misalnya seorang yang sedang mengetik, seorang sopir yang sedang mengendarai kendarannya.

d. Perhatian statis dan perhatian dinamis. Perhatian statis adalah perhatian yang

tetap terhadap suatu obyek tertentu. Individu yang memiliki perhatian yang semacam ini sukar memindahkan perhatiannya dari suatu obyek ke obyek lain.

Sedangkan perhatian dinamis adalah bilamana pemusatannya berubah-ubah atau selalu berganti obyek.

e. Perhatian tingkat tinggi dan perhatian tingkat rendah. Rentetan derajat

perhatian itu mempunyai perbedaan yang kualitatif. Individu yang mengalami perhatian tingkat tinggi kadang-kadang melupakan waktu dan keadaan sekelilingnya.

Ada beberapa pendapat terkait dengan berbagai jenis perhatian. Sumadi Suryabrata (2004: 14-16) mengemukakan bahwa macam-macam perhatian adalah sebagai berikut:

- a. Atas dasar intensitasnya, yaitu banyak sedikitnya kesadaran yang menyertai sesuatu aktifitas atau pengalaman batin, dibedakan menjadi: perhatian intensif dan perhatian tidak intensif,
- b. Atas dasar cara timbulnya dibedakan menjadi: perhatian spontan (perhatian tak sekehendak atau perhatian tak disengaja) dan perhatian sekehendak (perhatian disengaja atau perhatian refleksif),
- c. Atas dasar luasnya obyek yang dikenai perhatian, dibedakan menjadi: perhatian terpecah (distributif) atau perhatian terpusat (konsentratif) Dari uraian di atas dapat diketahui ada bermacam-macam jenis perhatian yang dilakukan orang tua terhadap anaknya. Orang tua yang satu dengan orang tua yang lain cara mengungkapkan perhatian kepada anaknya jelas berbeda-beda.

## **C. Penyesuaian Diri**

### **1. Pengertian Penyesuaian Diri**

Dalam istilah psikologi, penyesuaian diri disebut dengan istilah *adjustment* yang berarti suatu proses untuk mencari titik temu antara kondisi diri sendiri dan tuntutan lingkungan (Davidoff, 1991). Penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya (Mu'tadin, 2002). Schneiders (1964) mendefinisikan penyesuaian diri yaitu proses yang melibatkan respon-respon mental serta perilaku dalam upaya mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, kekecewaan, dan konflik-konflik untuk mencapai keadaan yang harmonis antara dorongan pribadi dengan lingkungannya.

Penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam memenuhi salah satu kebutuhan psikologis dan mampu menerima dirinya serta mampu menikmati hidupnya tanpa jenis konflik dan mampu menerima kegiatan sosial serta mau ikut berpartisipasi dalam kegiatan sosial di dalam lingkungan sekitarnya (Khatib, 2012). Menurut Arkoff (Vidyanindita, dkk., 2015), mendefinisikan penyesuaian diri perguruan tinggi mencerminkan seberapa mampu mahasiswa melalui dan adanya efek pada pertumbuhan pribadinya (Sharma, 2012). Menurut Mappiare, penyesuaian diri merupakan sebuah upaya individu untuk diterima didalam suatu lingkungan dan mengabaikan kepentingan pribadinya demi kepentingan kelompok sehingga merasa dirinya adalah bagian penting dari kelompoknya (Ahyani, 2012).

Menurut Hurlock (2008) penyesuaian adalah seberapa jauh kepribadian individu berfungsi secara efisien dalam masyarakat. Calhoun & Acocella (Wijaya, 2012) menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah interaksi individu yang terus-menerus dengan dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar tempat individu hidup. Kartono (2008) menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat diartikan sebagai usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungan, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan emosi negatif yang lain sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka dapat disimpulkan penyesuaian diri adalah proses yang terjadi secara terus menerus yang dilakukan oleh seseorang dengan dirinya sendiri kepada orang lain,

serta lingkungannya untuk mengatasi konflik, kesulitan, dan rasa frustrasi sehingga tercipta suatu hubungan yang serasi antara dirinya dengan lingkungan.

## 2. Aspek-aspek Penyesuaian Diri

Menurut Alberlt & Emmons (2002) penyesuaian diri memiliki 4 (empat) aspek, yang terdiri dari:

- a. Aspek *self-knowledge* dan *self-insight*, Aspek *self-knowledge* dan *selfinsight* yaitu kemampuan dalam memahami dirinya sendiri bahwa dirinya memiliki kelebihan dan kekurangan. Hal ini dapat diketahui dengan pemahaman emosional pada dirinya, yang berarti adanya kesadaran akan kekurangan dan disertai dengan sikap yang positif terhadap kekurangan tersebut maka akan mampu menutupinya.
- b. Aspek *self-objectifity* dan *self-acceptance*, Bersikap realistis setelah mengenal dirinya sehingga mampu menerima keadaan dirinya.
- c. Aspek *self-development* dan *self-control*, Mampu mengarahkan diri, menyaring rangsangan-rangsangan dari luar, ide-ide, prilaku, emosi, sikap, dan tingkahlaku yang sesuai. Kendali diri dapat mencerminkan individu tersebut matang dalam menyelesaikan masalah kehidupannya.
- d. Aspek *Satisfaction*, Menganggap bahwa segala sesuatu yang dikerjakan merupakan pengalaman yang apabila tercapai keinginannya maka menimbulkan rasa puas dalam dirinya.

Schneider (1964), mengungkapkan enam aspek penyesuaian diri, yaitu:

- a. Kontrol terhadap emosi yang berlebihan. Menekankan adanya kontrol dan ketenangan emosi untuk menghadapi permasalahan dan menentukan berbagai kemungkinan pemecahan masalah. Jadi, individu bukan berarti tidak ada emosi sama sekali, tetapi lebih pada kontrol emosi ketika menghadapi situasi tertentu.
- b. Mekanisme pertahanan diri yang minimal. Seseorang dikategorikan normal apabila bersedia mengakui kegagalan yang dialami dan berusaha kembali untuk mencapai tujuan yang ditetapkan. Seseorang dikatakan mengalami gangguan penyesuaian apabila mengalami kegagalan dan menyatakan bahwa tujuan tersebut tidak berharga untuk dicapai.
- c. Frustrasi personal yang minimal. Individu yang mengalami frustrasi ditandai dengan perasaan tidak berdaya dan tanpa harapan, sehingga sulit mengorganisasikan kemampuan berpikir dan tingkah laku dalam menghadapi situasi yang menuntut penyelesaian.
- d. Pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri. Menjelaskan seseorang yang memiliki kemampuan berpikir dan melakukan pertimbangan terhadap masalah atau konflik dan kemampuan mengorganisasikan pikiran, tingkah laku, dan perasaan untuk memecahkan masalah, dalam kondisi sulit sekalipun akan menunjukkan penyesuaian diri yang baik apabila seseorang dikuasai oleh emosi yang berlebihan ketika berhadapan dengan situasi yang menimbulkan konflik.
- e. Kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu. Penyesuaian diri yang ditunjukkan oleh individu merupakan proses belajar



berkesinambungan dari perkembangan individu sebagai hasil dari kemampuannya mengatasi situasi konflik dan stres.

- f. Sikap realistik dan objektif. Sikap yang realistik dan objektif bersumber pada pemikiran yang rasional, kemampuan menilai situasi, masalah, dan keterbatasan individu sesuai dengan kenyataan.

Menurut Buchori (2002), penyesuaian diri memiliki dua aspek yaitu:

a. Penyesuaian pribadi

Penyesuaian pribadi merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Individu menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya dan mampu bertindak obyektif sesuai dengan kondisi dirinya tersebut. Keberhasilan penyesuaian pribadi ditandai dengan tidak adanya rasa benci, lari dari kenyataan atau tanggung jawab, kecewa, dan tidak percaya diri. Kehidupan kejiwaannya ditandai dengan tidak adanya goncangan atau kecemasan yang menyertai rasa bersalah, rasa cemas, rasa tidak puas, rasa kurang, dan keluhan terhadap nasib yang dialami. Sebaliknya, kegagalan penyesuaian pribadi ditandai dengan keguncangan emosi, kecemasan, ketidakpuasan, dan keluhan terhadap nasib yang dialami.

b. Penyesuaian Sosial

Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial tempat individu berinteraksi dengan orang lain, mencakup hubungan dengan masyarakat di sekitar tempat tinggalnya, keluarga, sekolah, teman atau masyarakat secara

umum. Setiap individu merupakan bagian dari masyarakat yang saling memengaruhi satu sama lain yang mempunyai aturan, hukum, adat, dan nilai-nilai yang dipatuhi dalam kehidupan sehari-hari. Individu dituntut dapat mematuhi norma-norma dan peraturan sosial kemasyarakatan.

Hurlock (2008) mengemukakan aspek-aspek dalam penyesuaian diri, yaitu:

- a. Penampilan nyata. *Overt performance* yang diperlihatkan individu sesuai dengan norma yang berlaku di dalam kelompoknya, berarti individu dapat memenuhi harapan kelompok dan dapat diterima menjadi anggota kelompok tersebut.
- b. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok. Individu mampu menyesuaikan diri secara baik dengan setiap kelompok yang dimasukinya, baik teman sebaya maupun orang dewasa.
- c. Sikap sosial. Individu mampu menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, ikut pula berpartisipasi dan dapat menjalankan perannya dengan baik dalam kegiatan sosial.
- d. Kepuasan pribadi. Kepuasan pribadi ditandai dengan adanya rasa puas dan perasaan bahagia karena dapat ikut ambil bagian dalam aktivitas kelompok dan mampu menerima diri sendiri apa adanya dalam situasi sosial. Berdasarkan uraian di atas, maka penelitian akan menggunakan aspek penyesuaian diri menurut Albert & Emmons (2002). Hal ini dikarenakan peneliti memandang bahwa aspek penyesuaian diri yang diungkapkan oleh Albert & Emmons

(2002) sesuai dengan konstruk yang akan diteliti oleh peneliti yaitu dapat menyesuaikan diri dengan keadaan diri sendiri maupun dengan orang lain yang berada di lingkungan sosialnya, dimana aspek tersebut sudah mewakili aspek-aspek lainnya seperti kontrol terhadap emosi yang diungkap Schneider (1964) yang sama pengertiannya dengan aspek Self-development dan Self-control yang diungkap oleh Albert & Emmons (2002), penyesuaian pribadi yang diungkap Buchori (2002) yang sama pengertiannya dengan aspek Self-knowledge dan Self-insightl yang diungkap oleh Albert & Emmons (2002), kemudian aspek kepuasan diri yang diungkap oleh Hurlock (2008) sama seperti aspek Satisfaction yang diungkap oleh Albert & Emmons (2002).

### **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri**

Menurut Fatimah (2006), proses penyesuaian diri sangat dipengaruhi oleh faktor - faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri, baik internal maupun eksternal. Adapun faktor internal yaitu : faktor fisiologis, faktor psikologis yang mencakup faktor pengalaman, seperti : persepsi, kematangan emosi, harga diri dan lain-lain, faktor belajar, determinasi diri, dan faktor konflik. Sedangkan faktor eksternal meliputi kematangan sosial, moral, faktor lingkungan, agama dan budaya.

Faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri dikelompokkan menjadi dua kelompok menurut Soeparwoto (2004) yang terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal.

#### **a. Faktor internal**

- 1) Motif, merupakan dorongan-dorongan sosial seperti dorongan untuk berprestasi, dorongan untuk menjadi lebih unggul didalam lingkungan, dorongan untuk bersosialisasi.
- 2) *Self-concept* atau konsep diri, bagaimana individu memandang dirinya sendiri serta sikap yang dimilikinya, baik terkait degan dimensi fisik, karakteristik individual dan motivasi diri. Selain itu, meliputi kelebihan-kelebihan yang dimiliki oleh dirinya, dan juga kekurangan atau kegagalan dirinya. Individu yang memiliki konsep diri yang positif akan mampu menyesuaikan diri dan menyenangkan dibandingkan dengan individu yang memiliki konsep diri yang buruk.
- 3) Persepsi, adalah proses pengamatan dan penilaian melalui kognitif maupun afeksi individu terhadap objek, peristiwa dalam pembentukan konsep baru. Sikap, merupakan kesiapan atau kesediaan individu untuk bertindak. Individu dengan sikap yang baik cenderung lebih mudah dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan dibandingkan dengan individu yang memiliki sikap tidak baik.
- 4) Intelegensi dan minat, intelegensi sebagai langkah awal dalam berinteraksi atau proses penyesuaian diri, dengan intelegensi individu dapat menganalisis dan menalar, selain itu degan adanya minat terhadap sesuatu akan membatu mempercepat proses penyesuaian diri individu.

5) Kepribadian, prinsipnya individu yang memiliki kepribadian ekstrovert cenderung mudah menyesuaikan diri dibandingkan dengan individu yang memiliki kepribadian introvert.

b. Faktor eksternal

- 1) Keluarga Keluarga merupakan pintu awal individu dalam belajar berinteraksi dengan individu lainnya. Pada dasarnya pola asuh akan menentukan kemampuan penyesuaian diri individu, keluarga yang menganut pola asuh demokrasi akan memberikan kesempatan lebih kepada individu untuk berproses dalam penyesuaian diri secara lebih baik.
- 2) Kondisi Sekolah Sekolah dengan lingkungan kondusif akan sangat mendukung individu agar dapat bertindak dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungannya secara selaras.
- 3) Kelompok Sebaya Kelompok sebaya akan mempengaruhi proses penyesuaian diri individu, kelompok sebaya dapat menjadi sarana yang baik dalam proses penyesuaian diri. Namun, ada juga yang sebaliknya sebagai penghambat proses penyesuaian diri individu.
- 4) Prasangka Sosial Prasangka sosial akan menghambat proses penyesuaian diri individu apabila masyarakat memberikan label yang negatif kepada individu seperti nakal, suka melanggar peraturan, menentang orang tua dan sebagainya.



5) Hukum dan Norma Hukum dan norma akan membentuk penyesuaian diri yang baik, apabila masyarakat konsekuen dalam menegakkan hokum dan norma yang berlakku di dalam masyarakat.

Hurlock (2008) mengemukakan faktor-faktor yang memengaruhi penyesuaian diri individu di sekolah atau yaitu:

1) Teman-teman sebaya

Individu dengan teman-teman sebayanya mulai belajar bahwa standar perilaku yang dipelajari mereka di rumah sama dengan standar teman dan beberapa yang lain berbeda. Oleh karena itu, individu akan belajar tentang apa yang dianggap sebagai perilaku yang dapat diterima dan apa yang dianggap sebagai perilaku yang tidak dapat diterima.

2) Guru atau dosen

Secara langsung guru atau dosen dapat memengaruhi konsep diri individu dengan sikap terhadap tugas-tugas pelajaran serta perhatian terhadap siswa atau mahasiswa. Guru atau dosen yang memiliki penyesuaian diri baik biasanya penuh kehangatan dan bersikap menerima siswa atau mahasiswa.

3) Peraturan sekolah

Peraturan sekolah memperkenalkan pada individu perilaku yang disetujui dan perilaku yang tidak disetujui oleh anggota kelompok tempat individu belajar, apa yang dianggap salah dan benar oleh kelompok sosial. Dari penjelasan diatas penulis menyimpulkan bahwa faktor-faktor penyesuaian diri yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri adalah; faktor internal yang meliputi motivasi

berprestasi dan motivasi bersosialisasi, konsep diri, persepsi, sikap, intelegensi, minat serta kepribadian. Faktor eksternal hal ini berkaitan dengan keluarga, kelompok sebaya, kondisi sekolah.

#### **D. Penelitian Terdahulu**

Velda Fiska Saputri, Endang Sri Indrawati (2017) tentang "Hubungan Antara Konsep Diri dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Sukoharjo". Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif. Sampel diambil berdasarkan teknik cluster random sampling. Subjek penelitian siswa kelas XI SMA Negeri 3 Sukoharjo yang berjumlah 180 siswa. Alat ukur yang digunakan yaitu skala likert dengan empat pilihan respon jawaban. Skala Konsep Diri terdiri 22 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,829 dan Skala Kecemasan Berbicara di depan umum terdiri 31 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,933. Analisis regresi menggunakan anareg sederhana didapatkan koefisien korelasi -0,490 dengan  $p = 0,000$ . Artinya ada korelasi negatif signifikan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum.

Baidi Buchori (2016) " Kecemasan Berbicara di Depan Umum Ditinjau Dari Kepercayaan Diri dan Keaktifan dalam Organisasi Kemahasiswaan". Populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik stratified sampling. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala kecemasan berbicara di depan umum dan Skala kepercayaan diri. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis

regresi sederhana dan Uji t. Kesimpulan dari penelitian ini adalah: 1). Terdapat pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum. 2). Terdapat perbedaan kecemasan berbicara di depan umum antara mahasiswa yang aktif dengan mahasiswa yang tidak aktif dalam organisasi kemahasiswaan.

## **E. Kerangka Berfikir**

### **1. Hubungan Perhatian Orang Tua dengan Kecemasan Berbicara di depan Umum**

Perkembangan anak merupakan proses yang kompleks, terbentuk dari potensi diri anak yang bersangkutan dan lingkungan sekitarnya. Adanya perhatian yang baik dari orang tua terhadap anaknya akan dapat memicu anak untuk lebih giat belajar dan tampil di depan public dengan rasa percaya diri. Hal ini sesuai yang dikemukakan oleh Dimiyati dan Mudjiono (2013: 80) mengungkapkan bahwa perhatian orang tua dapat dipandang sebagai dorongan mental yang menggerakkan dan mengarahkan perilaku manusia, termasuk perilaku belajar karena belajar sangat diperlukan adanya perhatian dan dukungan. Hasil belajar akan menjadi optimal, kalau ada perhatian dari orang tua. Ada hubungan antara perhatian orangtua terhadap rasa percaya diri tampil di depan umum. Semakin perhatian diberikan kepada anak, maka anak akan semakin berhasil pula dalam melakukan suatu hal. Perhatian orang tua akan senantiasa menentukan usaha belajar bagi anaknya dan anak juga akan mampu berinteraksi serta berkomunikasi social secara baik. Potensi anak akan berkembang dengan baik dan semakin percaya diri tampil di depan umum.

Elinon (2005) mengatakan bahwa Orang tua merupakan sosok yang paling berperan dalam menstimulasi perkembangan psikologis anak. Terkadang kita jumpai orang tua yang memperkuat kepercayaan diri anak menaruh harapan yang terlalu besar terhadap anaknya, tanpa disesuaikan dengan kemampuan anak itu sendiri. Akibatnya, anak dipaksa memenuhi harapan orang tua yang “tidak pada tempatnya”, sehingga anak sering kali menerima kritikan, mengalami rasa takut, dan merasakan kekecewaan. Hal ini dapat menyebabkan anak kehilangan rasa percaya dirinya. Bila hal ini dibiarkan terus menerus terjadi, efek dari kehilangan kepercayaan diri ini dapat berlanjut hingga anak dewasa. Jurnal Pendidikan Penabur - No.15/Tahun ke-9/Desember 2010. Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa perhatian dari orang tua berperan penting dalam membangun kepercayaan diri anak.

Hasibuan (2011) menyatakan bahwa perkembangan kecemasan berbicara pada individu mulai terjadi sejak usia kanak-kanak dan berkembang hingga usia dewasa. Keluarga adalah lingkungan pertama dalam kehidupan individu, tempat individu belajar menyatakan diri sebagai makhluk sosial. Rothlisberg (dalam Rice, 2002) mengungkapkan bahwa interaksi yang berkualitas antara anggota keluarga berpengaruh terhadap kesuksesan anak dalam tumbuh kembangnya. Anak yang terbiasa direspon dengan baik dalam keluarga akan menunjukkan perilaku yang lebih positif seperti pencapaian prestasi yang tinggi, konsep diri yang positif, moral yang baik, serta mampu berkomunikasi secara efektif di depan banyak orang.

Berdasarkan uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa anak yang mendapat perhatian orang tua rendah merupakan indikasi dari kecemasan berbicara di depan umum sebaliknya anak yang mendapat perhatian orang tua tinggi cenderung mempunyai kepercayaan diri yang tinggi dan memiliki kemampuan untuk tampil di depan umum dengan baik.

## **2. Hubungan Penyesuaian diri dengan Kecemasan Berbicara di depan Umum**

Menurut Satmoko (2004) penyesuaian diri dipahami sebagai interaksi seseorang yang kontinu dengan dirinya sendiri, orang lain dan dunianya. Sejalan dengan pendapat tersebut Schneiders berpendapat bahwa penyesuaian diri mempunyai banyak arti, antara lain usaha manusia untuk menguasai tekanan akibat dorongan kebutuhan, usaha memelihara keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dan tuntutan lingkungan, dan usaha menyelaraskan hubungan individu dengan realitas. Schneiders juga berpendapat bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses mental dan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri sesuai dengan keinginan yang berasal dari diri sendiri, yang dapat diterima oleh lingkungannya. Kita mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan saat berinteraksi dengan orang banyak. Maka ketika kita mampu menyesuaikan diri dengan baik tentunya kita mampu menjaga keseimbangan mental kita.

Penyesuaian diri adalah reaksi seseorang terhadap rangsangan-rangsangan dari dalam diri sendiri atau reaksi seseorang terhadap situasi yang berasal dari lingkungan. (Ghufron & Rini. 2011.51) Adjustment adalah adaptasi atau penyesuaian diri, kemampuan untuk dapat mempertahankan eksistensinya, atau



bisa survive, dan memperoleh kesejahteraan jasmaniah dan rohaniah, juga dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan-tuntutan sosial. (Kartini. 2000. 260) Sesuai dengan pengertian tersebut, maka tingkah laku manusia dapat dipandang sebagai reaksi terhadap berbagai tuntutan dan tekanan lingkungan tempat ia hidup seperti cuaca dan berbagai unsur alami lainnya. Semua makhluk hidup secara alami dibekali kemampuan untuk menolong dirinya sendiri dengan cara menyesuaikan diri dengan keadaan lingkungan materi dan alam agar dapat bertahan hidup.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa Penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya. Maka Penyesuaian diri sangat berpengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Siswa cenderung memiliki perasaan cemas berbicara di depan umum ketika melaksanakan kegiatan pembelajaran di kelas maupun di sekolah pada umumnya.

### **3. Hubungan Perhatian Orang Tua dan Penyesuaian Diri dengan Kecemasan Berbicara di depan Umum**

Fakta menunjukkan kecemasan berbicara di depan umum adalah kebiasaan yang sering terjadi pada pelajar. Sejumlah penelitian yang telah di dapat bahwa pelajar SMA lebih banyak dan lebih terlihat dibandingkan siswa sekolah dasar. Menurut Soeparwoto (2004) Kecemasan berbicara di depan umum dipengaruhi oleh faktor eksternal dan faktor internal. Salah satu faktor internal yaitu perhatian

orang tua, karena Perhatian orang tua merupakan bentuk kasih sayang, kepedulian maupun simpati orang tua terhadap keadaan anaknya.

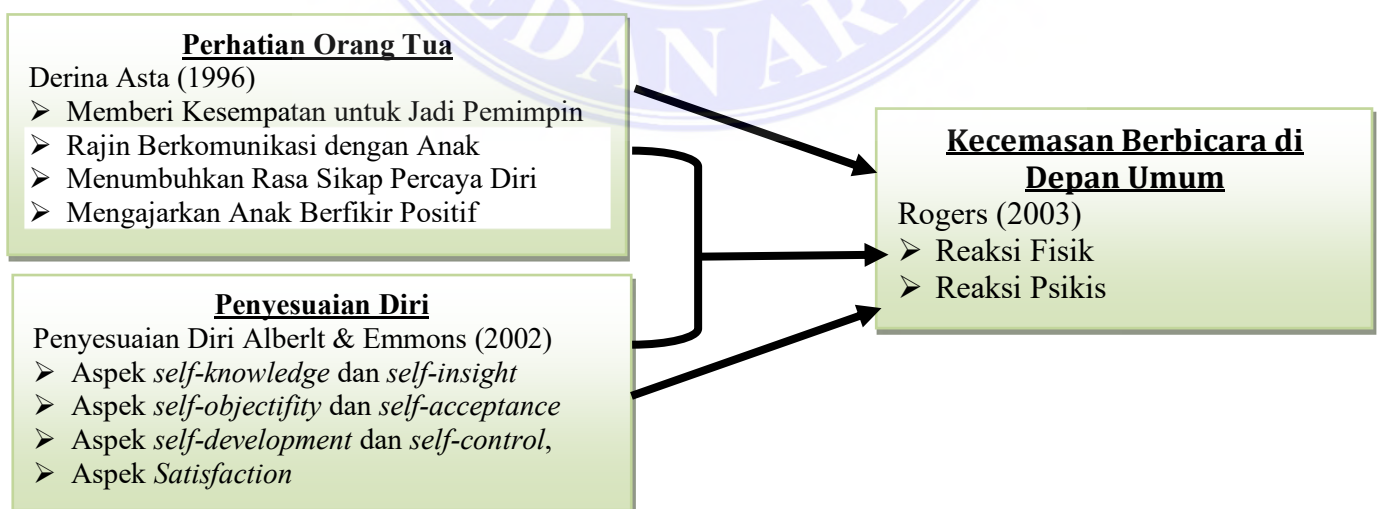
Menurut Fatimah (2006) Bentuk kasih sayang orang tua yang merupakan perhatian orang tua terhadap anaknya sangat beragam. Misalnya orang tua memberi dorongan belajar kepada anak agar mencapai prestasi yang memuaskan. Selain itu orang tua yang membimbing kegiatan belajar anak yaitu dalam penyediaan waktu belajar. Juga orang tua yang memperhatikan tentang maju mundurnya belajar anak. Bentuk kepedulian orang tua terhadap anaknya meliputi penyediaan fasilitas belajar. Ada juga yang setiap kenaikan kelas orang tua membelikan seragam sekolah baru. Dan menjadi teman diskusi mengenai pelajaran anak. Bentuk simpati orang tua terhadap keadaan anak yaitu bantuan mengatasi masalah sewaktu anak mengalami kesulitan dalam mengerjakan pekerjaan rumah. Selain itu orang tua yang memberi penghargaan pada anak setelah anaknya mendapatkan nilai yang bagus. Pada saat hasil ulangan anak jelek, orang tua tetap memberi semangat kepada anak agar anak tetap bersemangat dan berusaha supaya yang akan datang nilainya dapat lebih bagus dari yang sudah-sudah.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor internal dan eksternal dapat mempengaruhi siswa. Peneliti ingin melihat hubungan faktor Eksternal yaitu Lingkungan yang baru, Budaya penelitian serta Perhatian Orangtua dalam keluarga dan faktor Internal yaitu Pola Pikir, Keterampilan Komunikasi, Pengalaman Individu, Penyesuaian diri dan Efikasi Diri pada siswa

sekolah menengah atas. Lokasi penelitian di lingkungan sekolah swasta katolik yang tingkat perhatian orang tua kepada anaknya menjadi landasan penyesuaian diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Peneliti ingin melihat apakah ada hubungan perhatian orang tua dengan kecemasan berbicara di depan umum. Peneliti juga ingin melihat kecemasan berbicara di depan umum dari faktor eksternal yaitu perhatian orang tua, hal ini berdasarkan fenomena yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum.

Dengan demikian apabila siswa mendapat perhatian yang tinggi dan berpengaruh positif dalam penyesuaian diri maka dapat mengurangi tingkat kecemasan berbicara di depan umum, sehingga siswa akan tampil percaya diri. Dari uraian tersebut dapat diduga bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara perhatian orang tua dan penyesuaian diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa.

Berdasarkan uraian dalam kerangka di atas, maka dapat dilihat secara rinci pada gambar diagram di bawah ini:



## F. Hipotesis Penelitian

Adapun hipotesis penelitian ini adalah:

1. Ada hubungan negatif yang signifikan antara perhatian orang tua dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru, Artinya dengan asumsi semakin tinggi perhatian orang tua maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum, sebaliknya semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum maka semakin tinggi perhatian orang tua pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru.
2. Ada hubungan negatif yang signifikan antara penyesuaian diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru, Artinya dengan asumsi semakin tinggi penyesuaian diri siswa maka semakin rendah pula kecemasan berbicara di depan umum, sebaliknya semakin rendah penyesuaian diri siswa siswa maka semakin tinggi pula kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru.
3. Ada hubungan negatif yang signifikan antara perhatian orang tua dan penyesuaian diri dengan kecemasan berbicara di depan umum, Artinya dengan asumsi semakin tinggi perhatian orang tua dan semakin tinggi penyesuaian diri siswa maka semakin rendah pula kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru, sebaliknya semakin rendah perhatian orang tua dan semakin rendah penyesuaian diri siswa maka semakin

tinggi pula kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK  
Deli Murni.





## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Desain Penelitian**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Metode korelasional adalah suatu peneliti untuk mengetahui hubungan dan tingkat hubungan dua variable atau lebih tanpa ada upaya untuk mempengaruhi variable tersebut sehingga tidak terdapat manipulasi variable (Faekel dan Wallen 2008). Metode penelitian korelasional digunakan untuk mendeteksi sejauh mana variasi-variasi pada suatu faktor yang berkaitan dengan variasi-variasi pada satu atau lebih faktor lain berdasarkan pada koefisien korelasi (Suryabrata, 2006). Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui hubungan antara Perhatian Orang tua dan Penyesuaian diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru.

### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

#### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini akan dilakukan di Sekolah Menengah Atas Swasta RK Deli Murni Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Penelitian ini akan dilaksanakan pada Bandar Baru, Jl Djamin Gunting KM. 47 Bandar Baru, Kecamatan Sibolangit, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara – 20357 pada 10 Maret 2020 s/d 20 April 2021.

## 2. Waktu Penelitian

Waktu pelaksanaan penelitian selama enam bulan pada semester genap T.A 2019/2020 yang dimulai pada bulan Januari sampai dengan bulan Juni 2020.

Adapun tahapan penelitian ini secara rinci dapat dilihat pada tabel di bawah ini

**Tabel 1: Jadwal Pelaksanaan Penelitian**

No	Jadwal Kegiatan	Jadwal Pelaksanaan Kegiatan																										
		Jan		Februari		Maret		April		Mei		Juni																
1	Penyusunan Proposal																											
2	Konsultasi Pembimbing																											
3	Seminar Proposal																											
4	Penyusunan Tesis/ Instrumen																											
5	Pelaksanaan Uji Coba Penelitian																											
6	Pengumpulan data																											
7	Analisis Data																											
8	Penyusunan Laporan Tesis																											
9	Seminar Hasil																											
10	Ujian Meja Hijau/ Sidang																											

### C. Identifikasi Variabel

Menurut Sugiyono (2015) Variabel adalah Suatu Atribut atau sifat atau nilai dari objek atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Variabel penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah variabel dalam suatu eksperimen yang dimanipulasi oleh peneliti sedangkan variabel terikat adalah variabel yang tidak dimanipulasi oleh peneliti dan memberikan efek yang sudah diduga oleh peneliti sejak awal. Adapun yang menjadi variabel dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Variabel Bebas (independen (X1) : Perhatian Orang tua  
Variabel Bebas (independen X2) : Penyesuaian Diri
2. Variabel Terikat (dependen (Y) : Kecemasan Berbicara di depan Umum

### D. Definisi Operasional

Adapun definisi operasional masing-masing variabel pada penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Kecemasan Berbicara di depan Umum (Y)

Kecemasan berbicara di depan umum yang dimaksud pada penelitian ini adalah perasaan takut yang muncul pada diri seseorang ketika diminta untuk tampil di depan umum. Variabel tersebut diukur melalui skala psikologi berdasarkan aspek menurut Rogers (2003) yaitu Reaksi Fisik yang terdiri dari: Gemetar, keringat bercucuran, tangan terasa dingin, detak jantung cepat, gangguan pencernaan dan nafas memburu. Reaksi Psikis terdiri dari:

Rendah diri, takut, gugup, konsentrasi terganggu, tegang dan kurang mampu.

## 2. Perhatian Orang tua (X1)

Perhatian orangtua yang dimaksud pada penelitian ini adalah partisipasi orangtua dalam mendidik anak untuk menjadi pribadi yang lebih baik. Variabel tersebut diukur melalui skala psikologi berdasarkan aspek menurut Derina Asta (1996) yakni Mengajarkan anak berpikir positif, Menumbuhkan rasa sikap percaya diri, Memberi kesempatan untuk anak jadi pemimpin dan Rajin berkomunikasi dengan anak.

## 3. Penyesuaian Diri (X2)

Penyesuaian diri yang dimaksud pada penelitian ini adalah kemampuan seseorang berinteraksi dengan lingkungan secara positif, objektif, dan dinamis, berupa pemahaman diri, penerimaan diri, pengembangan diri, dan pengarahan diri. Variabel tersebut diukur melalui skala psikologi berdasarkan aspek menurut Alberlt dan Emmons (2002) Aspek self-knowledge dan self-insight, Aspek self-knowledge dan selfinsight, Aspek self-objectifity dan self-acceptance, Aspek self-development dan self-control, dan Aspek Satisfaction.

## E. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan unit atau individu dalam ruang lingkup yang ingin diteliti, populasi dibatasi sebagai jumlah penduduk atau individu yang

paling sedikit memiliki satu sifat yang sama (Hadi, 2000). Populasi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru, jurusan Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) kelas X, XI dan kelas XII berjumlah 178 siswa. Dari 178 siswa ini dilakukan Screening dengan menggunakan teknik Proposif Sampling yakni bekerja sama dengan Guru Mata Pelajaran, Wali Kelas untuk menentukan siswa yang merasa cemas. Dari hasil Screening yang dilakukan maka diperoleh siswa yang merasa cemas berjumlah 123 orang, maka populasi dalam penelitian ini berjumlah 123 orang.

## **2. Sampel**

Sampel adalah sebahagian populasi yang dikenal langsung dalam penelitian (Hadi, 1987). Besar anggota sampel harus dihitung berdasarkan teknik-teknik tertentu agar kesimpulan yang berlaku untuk populasi dapat di pertanggung jawabkan. Dalam penelitian ini jumlah sampel yang merasa cemas sebanyak 123 siswa dari seluruh jumlah siswa kelas X, XI dan XI SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru, yang sebelumnya sudah di lakukan Screening untuk memperoleh siswa yang memiliki kecemasan berbicara di depan umum.

## **F. Teknik Pengambilan Sampel**

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2000). Adapun jumlah sampel yang akan dijadikan subjek penelitian sebanyak 123 orang. Pemilihan sampel dalam penelitian ini dilakukan menggunakan teknik total sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2007).



Teknik Pengambilan Sampel yang digunakan untuk penelitian ini adalah teknik *Total sampling* bertujuan untuk memenuhi seluruh karakteristik siswa kecemasan berbicara di depan umum.

### **G. Metode Pengumpulan Data**

Pengumpulan data adalah mengamati variabel dengan metode interview, tes, observasi, kuisioner, dan sebagainya (Arikunto, 2006). Dalam penelitian ini untuk mengumpulkan data digunakan metode angket untuk mengukur Perhatian Orang tua, Penyesuaian diri dan Kecemasan berbicara di depan umum siswa. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data adalah dengan menggunakan skala. Skala menurut Azwar (2006) dianggap menjadi alat yang tepat untuk mengumpulkan data karena berisi sejumlah pernyataan yang logis tentang pokok permasalahan dalam penelitian. Pemilihan skala sebagai alat pengumpul data karena skala berisi sejumlah pernyataan yang mampu mengungkapkan unsur-unsur variabel seperti harapan, sikap, perasaan, dan sebagainya. Subyek penelitian adalah dirinya sendiri, dan setiap pernyataan subyek dapat dipercaya kebenarannya. Setiap penilaian subyek terhadap pernyataan dalam skala adalah sama dengan maksud dan tujuan oleh penyusun skala.

### **H. Validitas dan Reabilitas Alat Ukur**

#### **a. Validitas**

Proses validitas dimaksudkan untuk mengetahui sejauh mana aitem pernyataan menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil alat ukur yang

sesuai dengan maksud yang dilakukannya pengukuran tersebut. Secara singkat validitas mempunyai arti sejauh mana kecepatan (mengukur apa yang diukur) dan kecermatan (dapat memberikan gambaran mengenai perbedaan yang sekecil-kecilnya antara subjek yang satu dengan yang lain) alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya (Azwar, 2006). Validitas aitem skala dicari dengan menggunakan kriterium yaitu dengan mencari korelasi antara skor yang diperoleh pada setiap aitem atau pernyataan dengan skor total melalui korelasi *product moment* dari Karl Pearson (berdasarkan Azwar, 2006).

#### b. Reliabilitas

Istilah reliabilitas sering yang sering disamakan dengan *consistency*, *stability* dan *dependability*, yang pada prinsipnya menunjukkan sejauh mana pengukuran yang dilakukan dapat memberikan hasil yang tidak berbeda apabila dilakukan pengukuran kembali terhadap subjek penelitian yang sama pada waktu yang berbeda. Analisis reliabilitas ini menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* (Azwar, 2006).

### I. Teknik Analisis Data

Setelah data yang diperlukan terkumpul dengan menggunakan beberapa teknik pengumpulan data, selanjutnya peneliti melakukan pengolahan atau analisis data. Analisis data adalah proses mengorganisasikan dengan mengurutkan data kedalam pola, kategori dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan hipotesis kerja seperti yang disarankan oleh data.

a. Analisis Regresi Linier Berganda

Teknik analisis yang digunakan adalah model regresi linier berganda. Menurut Sugiyono (2014:277) Analisis regresi linier berganda bermaksud meramalkan bagaimana keadaan (naik turunnya) variabel dependen (kriterium), bila dua atau lebih variabel independen sebagai faktor prediator dimanipulasi (dinaik turunkan nilainya). Jadi analisis regresi berganda akan dilakukan bila jumlah variabel independennya minimal 2.

Menurut Sugiyono (2014:277) persamaan regresi linier berganda yang ditetapkan adalah sebagai berikut:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + \varepsilon$$

Keterangan:

$Y$	= Variabel Dependen atau response
$X_1$ dan $X_2$	= Variabel Independen atau prediktor
$a$	= Konstanta
$b$	= Koefisien Regresi

Keseluruhan analisa dilakukan dengan menggunakan fasilitas komputerisasi SPSS 20.0 *for Windows*. Sebelum dilakukan uji Analisis Regresi Linear Berganda, maka terlebih dahulu dilakukan Uji Asumsi

b. Uji Asumsi

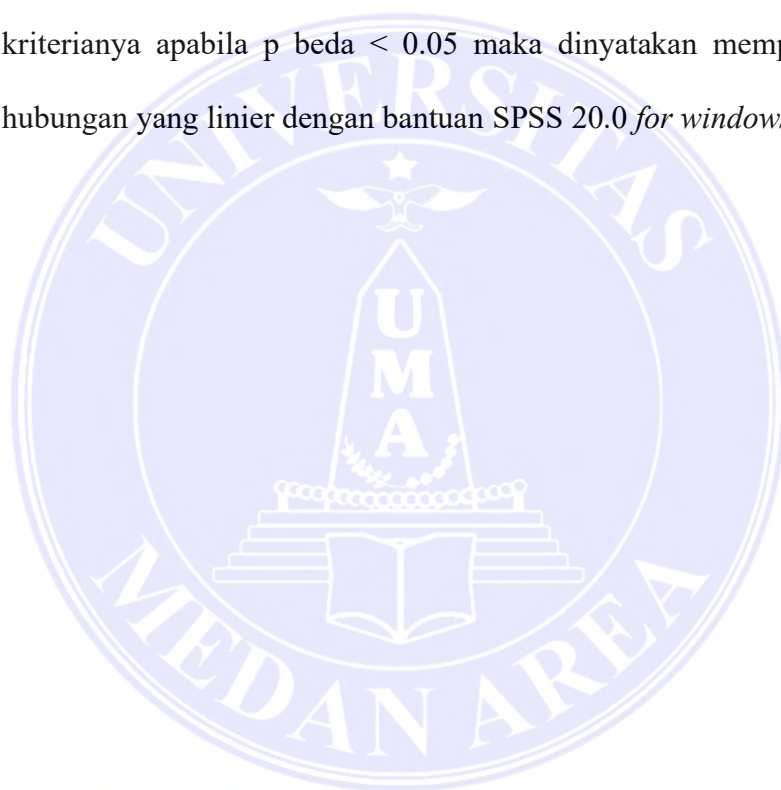
1) Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini akan digunakan uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov* dengan menggunakan taraf signifikansi

0,05. Data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 5% atau 0,05.

## 2) Uji Linieritas

Uji linearitas digunakan untuk melihat apakah antar variabel bebas dan terikat yang dibangun mempunyai hubungan linear atau tidak. Pada penelitian ini Uji linieritas diuji menggunakan *test of linearity* Sebagai kriterianya apabila p beda  $< 0.05$  maka dinyatakan mempunyai derajat hubungan yang linier dengan bantuan SPSS 20.0 *for windows*.



## BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan diuraikan kesimpulan dan saran-saran sehubungan dengan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. Pada bagian pertama akan dijabarkan kesimpulan dari penelitian ini dan pada bagian berikutnya akan dikemukakan saran-saran yang dapat digunakan bagi para pihak terkait.

### A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pengujian hipotesis, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan hasil perhitungan nilai koefisien korelasi diketahui bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara Perhatian orangtua dengan Kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi ( $r_{xy} = -0,508$ ,)  $R^2 =$  yakni  $R^2 = 0,258$ . Kemudian, sumbangan efektifnya didapatkan dari hasil  $R^2$  dengan 100%. Maka  $0,258 \times 100\% = 25,8\%$ . Jadi dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara perhatian orangtua dengan kecemasan berbicara di depan umum sebesar 25,8%. Artinya berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara Perhatian orangtua dengan Kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru dengan hasil semakin tinggi Perhatian orangtua maka akan semakin rendah Kecemasan berbicara di depan umum, dan



sebaliknya semakin rendah Perhatian orangtua maka Kecemasan berbicara di depan umum pada siswa tersebut akan tinggi. Sumbangan efektif Perhatian orangtua memiliki peran sebesar 25,8% terhadap perilaku kecemasan berbicara di depan umum. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara perhatian orangtua dengan kecemasan berbicara di depan umum sebesar 25,8%.

2. Adanya hubungan negatif antara Penyesuaian diri dengan perilaku Kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi korelasi [R] antara  $X_2$  dengan Y sebesar -0,345,  $R Squared =$  yakni  $R^2$  0,119. Kemudian, sumbangan efektifnya didapatkan dari hasil  $R Squared$  dengan 100%. Maka  $0,119 \times 100\% = 11,9\%$ . Artinya berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara Penyesuaian diri dengan perilaku Kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru dengan hasil semakin tinggi Penyesuaian diri siswa maka akan semakin rendah Kecemasan berbicara di depan umum, dan sebaliknya semakin rendah Penyesuaian diri yang dimiliki maka Kecemasan berbicara di depan umum pada siswa tersebut akan tinggi. Sumbangan efektif Penyesuaian diri yaitu sebesar 11,9% terhadap Kecemasan berbicara di depan umum. Sumbangan efektif ini menerangkan bahwa 11,9% dari hasil penelitian berdampak kepada Kecemasan berbicara di depan umum siswa,

selebihnya presentasi ini tidak terlepas dari beberapa unsur internal lain yang mempengaruhi siswa dalam berbicara di depan umum.

3. Adanya hubungan yang signifikan antara Perhatian orangtua, Penyesuaian diri dengan Kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA Swasta RK Deli Murni Bandar Baru. Hal ini ditunjukkan dari nilai korelasi [R] antara  $X_1$  dan  $X_2$  dengan Y sebesar  $-0,536$ ,  $R\text{ Squared} =$  yakni  $R^2\ 0,287$ . Kemudian, sumbangan efektifnya didapatkan dari hasil  $R\text{ Squared}$  dengan 100%. Maka  $0,287 \times 100\% = 28,7\%$ . Dalam penelitian ini diketahui bahwa Perhatian orangtua dan Penyesuaian diri mempengaruhi Kecemasan berbicara di depan umum pada siswa. Artinya bahwa semakin tinggi Perhatian orangtua dan Penyesuaian diri, maka semakin rendah pula Kecemasan berbicara di depan umum pada siswa. Sebaliknya apabila Perhatian orangtua yang dimiliki siswa tinggi dan Penyesuaian diri rendah maka Kecemasan berbicara di depan umum akan tinggi. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara perhatian orangtua dan penyesuaian diri dengan kecemasan berbicara di depan umum sebesar 28,7%.

## B. Saran

Merujuk pada kesimpulan penelitian di atas, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

## 1. Bagi Jurusan

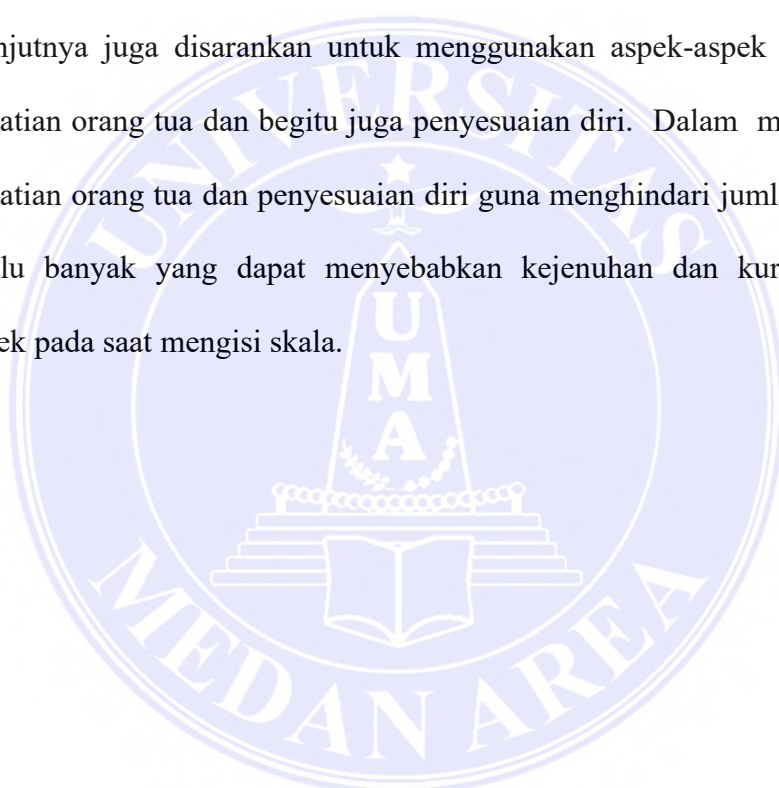
Diharapkan Jurusan menyelenggarakan program-program yang dapat menurunkan kecemasan berbicara di depan umum dan meningkatkan perhatian orang tua dan penyesuaian diri siswa. Jurusan dapat menyelenggarakan program pembimbingan dan pendampingan seperti orientasi akademik dan masa depan yang informatif pada awal tahun pertama masuk sekolah, perwalian akademik rutin sebanyak 2-3 kali persemester, pembimbingan khusus bagi siswa yang mengalami kesulitan akademik, dan program lainnya yang dapat dilakukan oleh para guru secara mandiri. Jurusan juga dapat menyelenggarakan program apresiasi dengan melakukan pemilihan siswa berprestasi setiap tahunnya agar mahasiswa terpacu untuk senantiasa berprestasi.

## 2. Bagi siswa

Diharapkan siswa yang memiliki tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang sedang untuk lebih memahami situasi dan kondisi perhatian orang tua dan penyesuaian diri dengan cara menyadari peran dan tanggung jawabnya yang menentukan kesuksesan dirinya baik kini maupun masa depan siswa yang memiliki tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang rendah agar tetap mempertahankan perhatian orang tua dan mampu menyesuaikan diri sehingga dapat menghindari kecemasan berbicara di depan umum dalam kegiatan akademiknya.

### 3. Bagi Peneliti

Selanjutnya diharapkan kepada peneliti selanjutnya yang hendak meneliti maupun mengembangkan penelitian serupa, peneliti menyarankan untuk mencari variabel-variabel lain yang diduga juga memiliki hubungan dan berkontribusi terhadap variabel kecemasan berbicara di depan umum. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk menggunakan aspek-aspek atau fase-fase perhatian orang tua dan begitu juga penyesuaian diri. Dalam menyusun skala perhatian orang tua dan penyesuaian diri guna menghindari jumlah item skala terlalu banyak yang dapat menyebabkan kejenuhan dan kurang fokusnya subjek pada saat mengisi skala.



## DAFTAR PUSTAKA

- Achdiyat, Maman & Siti. (2018). *Sikap cara Belajar dan Prestasi Belajar*.
- Ahmadi, A. 1999. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ali, Mubarak. (2010). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Alwi, S. (2014). *Perkembangan Religiusitas Pada Remaja*. Yogyakarta: Kaukaba Dipantara.
- Anastasi, A. & Urbina, S. 1997. *Psychological Testing. USA*. Prentice-Hall, Inc
- Ancok. Djamaluddin dan Suroso F.N. 2004. *Psikologi Islam Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Arikunto. Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arikunto. (2010). *Prosedur penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2007). *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S.. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baidi Buchori (2016) " Kecemasan Berbicara di Depan Umum Ditinjau Dari Kepercayaan Diri dan Keaktifan dalam Organisasi Kemahasiswaan". *Jurnal Komunikasi Islam* | Volume 06, Nomor 01, Juni 2016. file:///C:/Users/User/Downloads/109-Research%20Instrument-318-1-10-20170822.pdf.
- Beni Ahmad Saebani. dan Hendra Akhdiyat. 2009. *Ilmu Pendidikan Islam*. Bandung:Pustaka Setia.
- Bloodgood, J. M., Turnley, W.H., Mudrack, P. 2008. The Influence of Ethics Instruction Religiosity, and Intelligence on Cheating Behaviour. *Journal of Business Ethics*, 82:557-571).



- Bukhori, B. (2016). Kepercayaan Diri Berbicara di Depan Umum Ditinjau dari Kepercayaan Diri dan Kektifan dalam Organisasi Kemahasiswaan. Vol 6, No 1. Hal 164-178.
- Darajat Zakiah. 2005. *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: PT. Bulan Bintang.
- Desmita. 2015. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Desmita. 2012. Psikologi perkembangan Peserta Didik, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, diakses pada hari Jumat 06 Desember 2019 pukul 19.04 WIB. [www.academia.edu/32495428/3.\\_artikel\\_penelitian\\_religiusitas.penet.asi\\_15-16\\_1.docx](http://www.academia.edu/32495428/3._artikel_penelitian_religiusitas.penet.asi_15-16_1.docx).
- Dewi, A. P. & Andrianto, S. 2008, Hubungan antara Pola Pikir dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Keguruan. Diunduh pada tanggal 1 April 2014 dari: [psychology.uui.ac.id/images/stories/.../naskah-publikasi-02320206.pdf](http://psychology.uui.ac.id/images/stories/.../naskah-publikasi-02320206.pdf).
- Fatimah, E. 2006, *Psikologi Perkembangan*, Pustaka Setia, Bandung.
- Febriana, B, Winanti, L., & Amelia, S. 2013, Hubungan antara Keaktifan Organisasi dengan Prestasi Belajar (Indeks Prestasi) Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Diunduh pada tanggal 3 April 2014 dari: [http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn\\_12012010/article/view/868](http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn_12012010/article/view/868).
- Gufron, M. Nur & Rini Risnawati. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media: Jogjakarta. Jurnal Ilmiah Kependidikan. Vol 5, No 1. Hal 49-58.
- Kardo, Rici & Yuzarian. 2017. Sikap Guru Terhadap Peserta Didik Dalam Belajar. *Jurnal Ilmu Pendidikan*. Volume 2. Nomor 2. Hal 189-195.
- Muslifah F. (2013). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Intensi Perilaku Menyontek pada Siswa SMP Negeri 1 Prambanan. *Jurnal Bimbingan dan Konseling* Edisi 3 Tahun 2013
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2003). *Pengembangan Sumber Daya Manusia*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Rugaiya. (2011). *Profesi Kependidikan*. Ghalia Indonesia: Bogor.
- Sardiman. (2003). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

- Sarwono, S. W. (2007). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Siska, Sudardjo, & Purnamaningsih, E. H. 2003, Kepercayaan Diri dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa, *Jurnal Psikologi* vol. 2, hal. 67-71.
- Sugiyono. 2006. *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif. Kualitatif. dan R& D*. Bandung : Alfabeta.
- Suharti. 2004. *Pendidikan Sopan Santun Dan Kaitannya Dengan Berbahasa Jawa*. Yogyakarta: Diksi Vol 11 No 1.
- Supardi. 2012. *Aplikasi Statistika dalam Penelitian*. Jakarta : Ufuk Publishing House.
- Sutarjo Adisusilo. 2012. *Pembelajaran Nilai Karakter:Konstruktivisme Dan VCT Sebagai Inovasi Pendekatan Pembelajaran Afektif*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Syafaruddin. 2013. *Tim Editor Bahan Ajar PLPG Pendidikan Agama Islam*. (Medan: FITK Universitas Islam Negeri Sumatera Utara).
- Syaifuddin. Azwar. 2000. *Relibilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Syaifuddin. Azwar. 1998. *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Tarigan, H. G. 1981, *Berbicara Sebagai Suatu Ketrampilan Berbahasa*, Angkasa, Bandung.
- Tim Penyusun Kamus Binaan dan Pengembangan Bahasa. 1990. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Tomahayu Sulastri. 2015. *Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Bermain Peran Terhadap Perilaku Sopan Santun Siswa Di MTs Al-Huda Teluk Dalam 12 Gorontalo*. (Universitas Negeri Gorontalo: Gorontalo).
- Ujiningasih. 2010. *Pembudayaan Sikap Sopan Santun di Rumah dan Di Sekolah Sebagai Upaya Untuk Meningkatkan Karakter Siswa*. Tersedia di <http://1594-3605-1-SM> 1594-3605-1-SM. Html. (diakses pada Jumat, 06 Desember 2019).

*Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional*. 2003. Jakarta : CV. Eko Jaya.

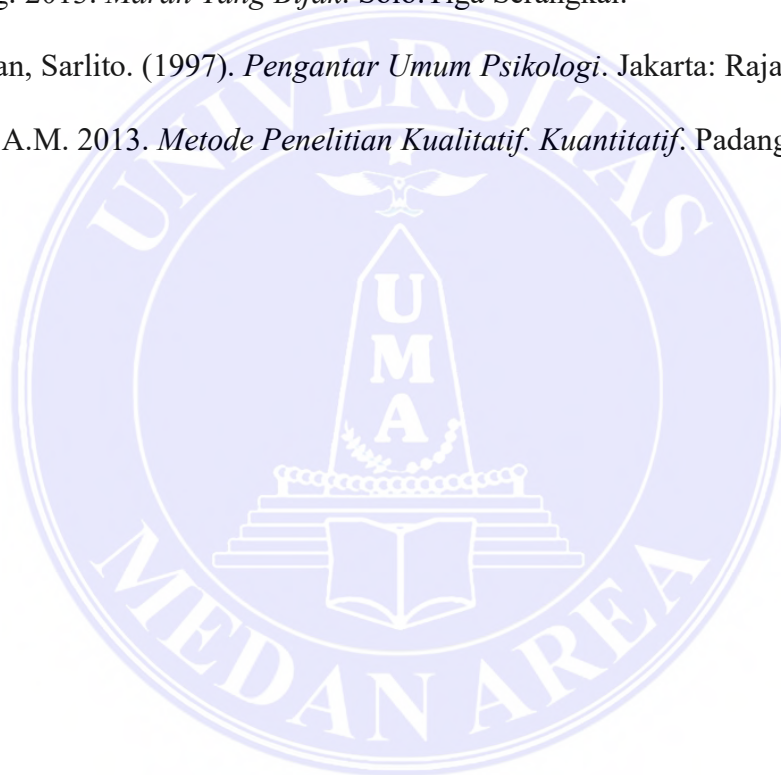
Velda Fiska Saputri, Endang Sri Indrawati (2017) tentang "Hubungan Antara Konsep Diri dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Sukoharjo". . *Jurnal Empati*, Januari 2017, Volume 6(1), 425-430. <http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article> .

Wahyuni, E. 2015, Hubungan Self-Ef eacy dan Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum, *Jurnal Komunikasi Islam*, vol. 5 no. 1, hal. 51-82.

Wening. 2013. *Marah Yang Bijak*. Solo:Tiga Serangkai.

Wirawan, Sarlito. (1997). *Pengantar Umum Psikologi*. Jakarta: Rajawali.

Yusuf, A.M. 2013. *Metode Penelitian Kualitatif. Kuantitatif*. Padang: UNP Press.



## LAMPIRAN A

### Skala Uji Coba



## ANGKET PENELITIAN

### I. Pengantar

1. Angket ini digunakan untuk mengetahui perhatian orang tua dan kebiasaan belajar dalam kegiatan belajar siswa.
2. Pengisian angket ini tidak mempengaruhi nilai siswa pada mata pelajaran manapun.
3. Isilah angket dengan sejujur-jujurnya.
4. Periksa kembali sebelum angket diserahkan.

### II. Petunjuk Pengisian Angket

1. Berdoalah sebelum mulai mengisi angket di bawah ini!
2. Tulislah identitas secara lengkap terlebih dahulu!
3. Bacalah angket di bawah ini dengan seksama dan jawablah sesuai dengan keadaan yang sebenarnya!
4. Berilah tanda (  $\checkmark$  ) pada kolom jawaban yang disediakan!
5. Jika ingin mengganti jawaban yang baru, berilah dua garis mendatar pada jawaban sebelumnya ( = ) kemudian beri tanda (  $\checkmark$  ) pada jawaban yang baru.

### III. Identitas Responden

Nama : .....

Kelas : .....

No. Absen : .....

Tinggal bersama Orang Tua : Ya/Tidak

Bandar Baru, ..... 2021

Responden,

( ..... )



### 1. Angket Kecemasan berbicara di depan umum

NO	PERYATAAN	Pilihan Jawaban			
		Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak Pernah
1	Tangan saya gemetar ketika mengerjakan tugas di depan kelas.				
2	Lutut saya terasa gemetar ketika akan presentasi sehingga saya sulit berdiri.				
3	Saya gemetar ketika ditunjuk untuk mengerjakan tugas di papan tulis.				
4	Ketika menunggu giliran untuk presentasi di depan kelas, keringat saya mulai bercucuran.				
5	Ketika tampil di depan kelas keringat saya bercucuran.				
6	Ketika menunggu giliran untuk mengerjakan tugas di depan, keringat saya bercucuran.				
7	Selama menunggu giliran untuk presentasi, tangan saya terasa dingin.				
8	Saya takut mengacungkan tangan untuk menjawab pertanyaan guru.				
9	Tangan saya terasa dingin ketika jawaban saya dikritik oleh teman-teman saya.				
10	Ketika mengerjakan tugas di depan kelas, jantung saya berdetak lebih cepat.				
11	Detak jantung saya bertambah cepat ketika menunggu giliran presentasi.				
12	Dada saya berdebar-debar ketika guru menunjuk saya untuk maju mengerjakan soal.				
13	Perut saya mulas ketika guru menunjuk saya untuk mengerjakan tugas di depan.				
14	Ketika guru memanggil saya untuk tampil di depan kelas, nafas saya menjadi lebih cepat dari biasanya.				
15	Nafas saya lebih cepat ketika melangkahakan kaki menuju depan kelas.				
16	Saya merasa rendah diri dengan				

	penampilan saya ketika presentasi.				
17	Saya tidak yakin dengan kemampuan saya untuk presentasi di depan kelas.				
18	Saya takut ditertawakan oleh guru dan teman ketika presentasi.				
19	Saya takut untuk mempresentasikan tugas di depan kelas.				
20	Saya gugup ketika mempresentasikan tugas di depan kelas.				
21	Saya gugup ketika harus tampil di depan kelas untuk mengerjakan tugas.				
22	Ketika tampil di depan kelas suara saya menjadi terbata-bata.				
23	Saya kurang konsentrasi ketika tampil di depan kelas.				
24	Saya merasa tegang ketika menunggu giliran untuk presentasi di depan kelas.				
25	Saya kurang mampu menjawab pertanyaan secara lisan di depan kelas.				

## 2. Angket Penyesuaian Diri

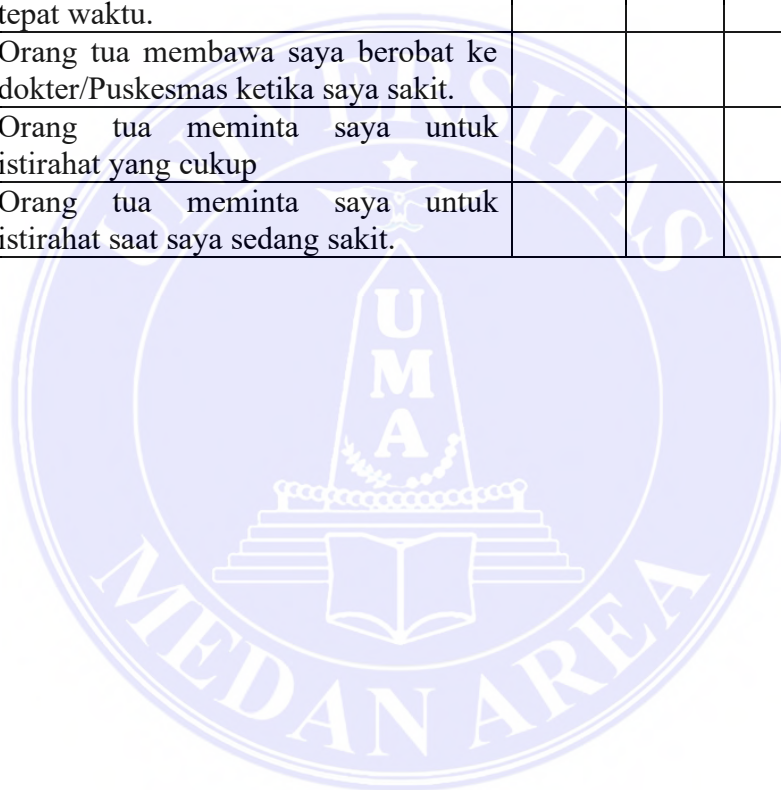
No	Pernyataan	Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak Pernah
1	Pada saat Bapak/Ibu guru menyuruh saya ke depan kelas saya merasa tenang				
2	Saya lebih senang menyendiri di sekolah				
3	Saya tidak dapat konsentrasi belajar meskipun suasana tenang				
4	Saya tidak suka mendengarkan pengalaman orang lain				
5	Saya tidak merasa balas dendam kepadateman				
6	Saya tidak marah yang berlebihan kepada teman yang berbuat salah				
7	Saya tidak akan putus asa untuk belajar meskipun saya mendapatkan hasil yang kurang memuaskan				
8	Saya tidak memiliki motivasi belajar karena saya tidak mampu mengikuti pelajaran				

9	Saya sering mengabaikan tugas yang diberikan guru karena malas				
10	Ketika saya disuruh oleh Bapak/Ibu guru, saya tidak melimpahkan kepada orang lain/teman				
11	Pengalaman dalam organisasi yang buruk membuat saya enggan bergabung dalam organisasi				
12	Apabila saya mendapat tugas dari guru, saya akan memberikan tugas tersebut kepada orang lain/teman				
13	Saya tidak mengakui apabila berbuat kesalahan				
14	Saya tidak keras kepala terhadap anggota ekstrakurikuler				
15	Saya senang membantu, untuk menutupi kesalahan saya				
16	Dengan sikap percaya diri, saya mudah menjalin hubungan dengan siapa saja				
17	Saya merasa malas ketika mengikuti pelajaran di sekolah				
18	Saya tidak akan putus asa ketika ada halangan yang menghambat kegiatan di sekolah				
19	Pengalaman yang tidak menyenangkan membuat saya takut menjalani hidup				
20	Saya berusaha mengikuti gaya hidup mewah seperti teman-teman, meskipun keadaan ekonomi tidak mendukung				
21	Saya mencari alasan untuk tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler				
22	Saya dapat melupakan hal yang tidak menyenangkan diri saya				
23	Saya memikirkan hal yang tidak menyenangkan di sekolah				
24	Saya tidak merasa balas dendam kepada guru yang memarahi saya				
25	Ketika saya mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas, saya lebih memilih untuk tidur				

### 3. Angket Perhatian Orang tua

No	Pernyataan	Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak Pernah
1.	Orang tua membantu saya saat mengalami kesulitan dalam belajar.				
2.	Orang tua membantu saya saat mengalami kesulitan dalam mengerjakan Pekerjaan Rumah (PR).				
3.	Orang tua memberikan nasihat kepada saya untuk belajar dengan rajin.				
4.	Orang tua menanyakan kegiatan yang saya lakukan selama di sekolah.				
5.	Orang tua memuji atau memberikan hadiah ketika saya rajin belajar.				
6.	Orang tua menyediakan ruangan khusus untuk saya belajar.				
7.	Orang tua menegur ketika saya tidak bersungguh-sungguh saat belajar.				
8.	Orang tua menanyakan PR dan nilai ulangan kepada saya.				
9.	Orang tua mengatur waktu bermain saya agar tidak mengganggu waktu belajar.				
10.	Orang tua memuji atau memberikan hadiah ketika saya mendapatkan nilai bagus.				
11.	Orang tua membelikan alat tulis ketika saya memintanya.				
12.	Orang tua membelikan buku pelajaran ketika saya memintanya.				
13.	Orang tua menjelaskan pentingnya belajar kepada saya.				
14.	Orang tua memarahi atau memberikan hukuman ketika saya mendapatkan nilai jelek.				
15.	Orang tua memarahi atau memberi hukuman ketika saya malas saya belajar.				
16.	Orang tua berbicara dengan suara pelan sehingga tidak mengganggu saat saya belajar.				
17.	Orang tua saya meminta saya untuk belajar di tempat yang terang.				

18.	Orang tua mempersilahkan saya memilih ruangan mana saja untuk belajar agar saya nyaman				
19.	Orang tua bertanya kepada saya buku-buku dan alat apa saja yang saya butuhkan.				
20.	Orang tua mematikan televisi agar tidak mengganggu saat saya belajar.				
21.	Orang tua bertanya kepada saya tentang kondisi kesehatan saya.				
22.	Orang tua meminta saya untuk makan tepat waktu.				
23.	Orang tua membawa saya berobat ke dokter/Puskesmas ketika saya sakit.				
24.	Orang tua meminta saya untuk istirahat yang cukup				
25.	Orang tua meminta saya untuk istirahat saat saya sedang sakit.				





## Lampiran 1: Data Uji Coba Instrumen

### 1. Variabel Kecemasan Berbicara

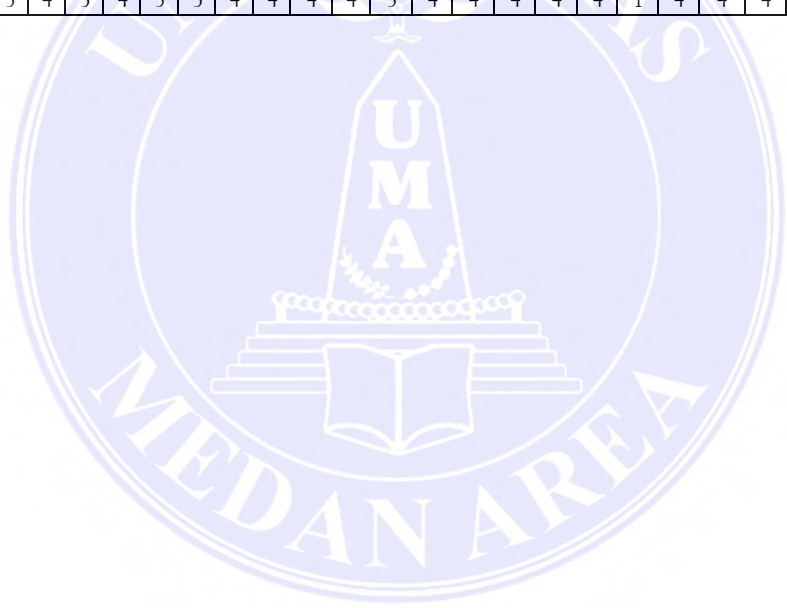
No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	Jl
1	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	93
2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	94
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	100
4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	94
5	3	4	4	4	2	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	91
6	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	100
7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	94
8	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98
9	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98
10	2	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	4	4	3	4	4	4	89
11	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	100
12	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	100
13	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	100
14	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	99
15	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	88
16	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	100
17	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	96
18	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	95
19	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	93
20	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	96
21	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98
22	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	96
23	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	96
24	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	98
25	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	97
26	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	97
27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	99
28	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98
29	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	96
30	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	94

### 2. Variabel Penyesuaian Diri

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	Jl
1	4	1	4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	3	88
2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	95
3	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	100
4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	95
5	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	2	4	3	4	3	4	3	4	88



16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	100
17	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	95
18	4	4	4	3	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	92
19	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	92
20	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	96
21	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	97
22	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	96
23	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	95
24	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	97
25	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	96
26	3	2	4	3	4	4	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	91
27	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	96
28	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98
29	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	96
30	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	91



## Lampiran 2: Uji Validitas dan Reliabilitas

### 1. Validitas Instrumen Kecemasan Berbicara

No Item	r-hitung	r-kritis	Keputusan
1	0.39	3.30	Valid
2	0.41	3.30	Valid
3	0.38	3.30	Valid
4	0.33	3.30	Valid
5	0.49	3.30	Valid
6	0.21	3.30	Gugur
7	0.39	3.30	Valid
8	0.36	3.30	Valid
9	0.48	3.30	Valid
10	0.43	3.30	Valid
11	0.37	3.30	Valid
12	0.32	3.30	Valid
13	0.51	3.30	Valid
14	0.43	3.30	Valid
15	0.37	3.30	Valid
16	0.27	3.30	Gugur
17	0.39	3.30	Valid
18	0.31	3.30	Valid
19	0.17	3.30	Gugur
20	0.36	3.30	Valid
21	0.31	3.30	Valid
22	0.59	3.30	Valid
23	0.50	3.30	Valid
24	0.36	3.30	Valid
25	0.36	3.30	Valid

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha	N of Items
0.66	0.69	25

## 2. Validitas Instrumen Penyesuaian Diri

No Item	r-hitung	r-kritis	Keputusan
1	0.57	3.30	Valid
2	0.67	3.30	Valid
3	0.34	3.30	Valid
4	0.44	3.30	Valid
5	0.33	3.30	Valid
6	0.31	3.30	Valid
7	0.43	3.30	Valid
8	0.35	3.30	Valid
9	0.50	3.30	Valid
10	0.13	3.30	Gugur
11	0.57	3.30	Valid
12	0.47	3.30	Valid
13	0.30	3.30	Valid
14	0.31	3.30	Valid
15	0.35	3.30	Valid
16	0.44	3.30	Valid
17	0.55	3.30	Valid
18	0.55	3.30	Valid
19	0.30	3.30	Gugur
20	0.20	3.30	Valid
21	0.46	3.30	Valid
22	0.33	3.30	Valid
23	0.59	3.30	Valid
24	0.47	3.30	Valid
25	0.55	3.30	Valid

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha	N of Items
0.66	0.69	25



### 3. Validitas Instrumen Perhatian Orangtua

No Item	r-hitung	r-kritis	Keputusan
1	0.44	3.30	Valid
2	0.37	3.30	Valid
3	0.32	3.30	Valid
4	0.38	3.30	Valid
5	0.32	3.30	Valid
6	0.37	3.30	Valid
7	0.37	3.30	Valid
8	0.36	3.30	Valid
9	0.37	3.30	Valid
10	0.44	3.30	Valid
11	0.37	3.30	Valid
12	0.45	3.30	Valid
13	0.37	3.30	Valid
14	0.37	3.30	Valid
15	0.36	3.30	Valid
16	0.32	3.30	Valid
17	0.36	3.30	Valid
18	0.44	3.30	Valid
19	0.35	3.30	Valid
20	0.36	3.30	Valid
21	0.42	3.30	Valid
22	0.31	3.30	Valid
23	0.32	3.30	Valid
24	0.34	3.30	Valid
25	0.45	3.30	Valid

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha	N of Items
0.66	0.89	25

## ANGKET PENELITIAN

### I. Pengantar

5. Angket ini digunakan untuk mengetahui perhatian orang tua dan kebiasaan belajar dalam kegiatan belajar siswa.
6. Pengisian angket ini tidak mempengaruhi nilai siswa pada mata pelajaran manapun.
7. Isilah angket dengan sejujur-jujurnya.
8. Periksa kembali sebelum angket diserahkan.

### II. Petunjuk Pengisian Angket

1. Berdoalah sebelum mulai mengisi angket di bawah ini!
2. Tulislah identitas secara lengkap terlebih dahulu!
3. Bacalah angket di bawah ini dengan seksama dan jawablah sesuai dengan keadaan yang sebenarnya!
4. Berilah tanda (  $\checkmark$  ) pada kolom jawaban yang disediakan!
5. Jika ingin mengganti jawaban yang baru, berilah dua garis mendatar pada jawaban sebelumnya ( = ) kemudian beri tanda (  $\checkmark$  ) pada jawaban yang baru.

### III. Identitas Responden

Nama : .....

Kelas : .....

No. Absen : .....

Tinggal bersama Orang Tua : Ya/Tidak

Bandar Baru, ..... 2021

Responden,

( ..... )

### 1. Angket Kecemasan berbicara di depan umum

NO	PERYATAAN	Pilihan Jawaban			
		Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak Pernah
1	Tangan saya gemetar ketika mengerjakan tugas di depan kelas.				
2	Lutut saya terasa gemetar ketika akan presentasi sehingga saya sulit berdiri.				
3	Saya gemetar ketika ditunjuk untuk mengerjakan tugas di papan tulis.				
4	Ketika menunggu giliran untuk presentasi di depan kelas, keringat saya mulai bercucuran.				
5	Ketika tampil di depan kelas keringat saya bercucuran.				
6	Ketika menunggu giliran untuk mengerjakan tugas di depan, keringat saya bercucuran.				
7	Selama menunggu giliran untuk presentasi, tangan saya terasa dingin.				
8	Saya takut mengacungkan tangan untuk menjawab pertanyaan guru.				
9	Tangan saya terasa dingin ketika jawaban saya dikritik oleh teman-teman saya.				
10	Ketika mengerjakan tugas di depan kelas, jantung saya berdetak lebih cepat.				
11	Detak jantung saya bertambah cepat ketika menunggu giliran presentasi.				
12	Dada saya berdebar-debar ketika guru menunjuk saya untuk maju mengerjakan soal.				
13	Perut saya mulas ketika guru menunjuk saya untuk mengerjakan tugas di depan.				
14	Ketika guru memanggil saya untuk tampil di depan kelas, nafas saya menjadi lebih cepat dari biasanya.				
15	Nafas saya lebih cepat ketika melangkahakan kaki menuju depan kelas.				
16	Saya merasa rendah diri dengan				

	penampilan saya ketika presentasi.				
17	Saya tidak yakin dengan kemampuan saya untuk presentasi di depan kelas.				
18	Saya takut ditertawakan oleh guru dan teman ketika presentasi.				
19	Saya takut untuk mempresentasikan tugas di depan kelas.				
20	Saya gugup ketika mempresentasikan tugas di depan kelas.				
21	Saya gugup ketika harus tampil di depan kelas untuk mengerjakan tugas.				
22	Ketika tampil di depan kelas suara saya menjadi terbata-bata.				
23	Saya kurang konsentrasi ketika tampil di depan kelas.				
24	Saya merasa tegang ketika menunggu giliran untuk presentasi di depan kelas.				
25	Saya kurang mampu menjawab pertanyaan secara lisan di depan kelas.				

## 2. Angket Penyesuaian Diri

No	Pernyataan	Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak Pernah
1	Pada saat Bapak/Ibu guru menyuruh saya ke depan kelas saya merasa tenang				
2	Saya lebih senang menyendiri di sekolah				
3	Saya tidak dapat konsentrasi belajar meskipun suasana tenang				
4	Saya tidak suka mendengarkan pengalaman orang lain				
5	Saya tidak merasa balas dendam kepadateman				
6	Saya tidak marah yang berlebihan kepada teman yang berbuat salah				
7	Saya tidak akan putus asa untuk belajar meskipun saya mendapatkan hasil yang kurang memuaskan				
8	Saya tidak memiliki motivasi belajar karena saya tidak mampu mengikuti pelajaran				

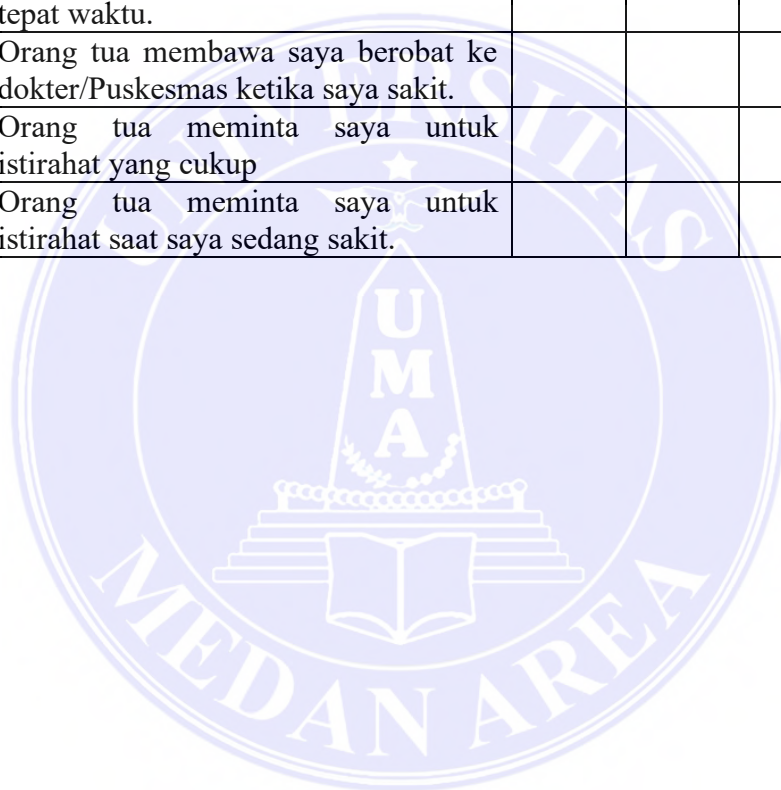
9	Saya sering mengabaikan tugas yang diberikan guru karena malas				
10	Ketika saya disuruh oleh Bapak/Ibu guru, saya tidak melimpahkan kepada orang lain/teman				
11	Pengalaman dalam organisasi yang buruk membuat saya enggan bergabung dalam organisasi				
12	Apabila saya mendapat tugas dari guru, saya akan memberikan tugas tersebut kepada orang lain/teman				
13	Saya tidak mengakui apabila berbuat kesalahan				
14	Saya tidak keras kepala terhadap anggota ekstrakurikuler				
15	Saya senang membantu, untuk menutupi kesalahan saya				
16	Dengan sikap percaya diri, saya mudah menjalin hubungan dengan siapa saja				
17	Saya merasa malas ketika mengikuti pelajaran di sekolah				
18	Saya tidak akan putus asa ketika ada halangan yang menghambat kegiatan di sekolah				
19	Pengalaman yang tidak menyenangkan membuat saya takut menjalani hidup				
20	Saya berusaha mengikuti gaya hidup mewah seperti teman-teman, meskipun keadaan ekonomi tidak mendukung				
21	Saya mencari alasan untuk tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler				
22	Saya dapat melupakan hal yang tidak menyenangkan diri saya				
23	Saya memikirkan hal yang tidak menyenangkan di sekolah				
24	Saya tidak merasa balas dendam kepada guru yang memarahi saya				
25	Ketika saya mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas, saya lebih memilih untuk tidur				



### 3. Angket Perhatian Orang tua

No	Pernyataan	Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak Pernah
1.	Orang tua membantu saya saat mengalami kesulitan dalam belajar.				
2.	Orang tua membantu saya saat mengalami kesulitan dalam mengerjakan Pekerjaan Rumah (PR).				
3.	Orang tua memberikan nasihat kepada saya untuk belajar dengan rajin.				
4.	Orang tua menanyakan kegiatan yang saya lakukan selama di sekolah.				
5.	Orang tua memuji atau memberikan hadiah ketika saya rajin belajar.				
6.	Orang tua menyediakan ruangan khusus untuk saya belajar.				
7.	Orang tua menegur ketika saya tidak bersungguh-sungguh saat belajar.				
8.	Orang tua menanyakan PR dan nilai ulangan kepada saya.				
9.	Orang tua mengatur waktu bermain saya agar tidak mengganggu waktu belajar.				
10.	Orang tua memuji atau memberikan hadiah ketika saya mendapatkan nilai bagus.				
11.	Orang tua membelikan alat tulis ketika saya memintanya.				
12.	Orang tua membelikan buku pelajaran ketika saya memintanya.				
13.	Orang tua menjelaskan pentingnya belajar kepada saya.				
14.	Orang tua memarahi atau memberikan hukuman ketika saya mendapatkan nilai jelek.				
15.	Orang tua memarahi atau memberi hukuman ketika saya malas saya belajar.				
16.	Orang tua berbicara dengan suara pelan sehingga tidak mengganggu saat saya belajar.				
17.	Orang tua saya meminta saya untuk belajar di tempat yang terang.				

18.	Orang tua mempersilahkan saya memilih ruangan mana saja untuk belajar agar saya nyaman				
19.	Orang tua bertanya kepada saya buku-buku dan alat apa saja yang saya butuhkan.				
20.	Orang tua mematikan televisi agar tidak mengganggu saat saya belajar.				
21.	Orang tua bertanya kepada saya tentang kondisi kesehatan saya.				
22.	Orang tua meminta saya untuk makan tepat waktu.				
23.	Orang tua membawa saya berobat ke dokter/Puskesmas ketika saya sakit.				
24.	Orang tua meminta saya untuk istirahat yang cukup				
25.	Orang tua meminta saya untuk istirahat saat saya sedang sakit.				



**Lampiran 3: Data Penelitian**

I. DATA PENELITIAN VARIABEL KECEMASAN BERBICARA																							
No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	Jl
1	1	4	3	4	4	4	4	4	1	4	2	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	76
2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	82
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	86
5	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	79
6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	83
7	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	83
8	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	3	4	3	3	77
9	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	87
10	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	81
11	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	3	3	3	3	4	80
12	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	85
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	73
14	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	87
15	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	77
16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
17	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	83
18	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	83
19	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	84
20	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	85
21	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	87
22	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	84
23	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	86
24	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	86
25	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	84
26	2	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	80
27	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	84
28	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	87
29	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	85
30	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	80
31	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	82
32	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	82
33	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
34	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	86
35	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	79
36	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88

I. DATA PENELITIAN VARIABEL KECEMASAN BERBICARA																							
Nb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	Jl
37	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	83
38	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	86
39	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	87
40	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	81
41	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
42	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	85
43	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
44	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	87
45	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	81
46	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
47	1	4	3	4	4	4	4	4	1	4	2	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	76
48	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	82
49	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
50	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	86
51	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	79
52	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
53	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	83
54	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	86
55	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	87
56	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	81
57	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
58	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	85
59	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
60	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	87
61	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	81
62	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	85
63	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	83
64	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	83
65	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	78
66	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	85
67	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	87
68	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	84
69	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	81
70	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	86
71	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	84
72	2	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	80
73	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	84

I. DATA PENELITIAN VARIABEL KECEMASAN BERBICARA																							
Nb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	Jl
74	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	87
75	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	85
76	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	80
77	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	82
78	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	82
79	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
80	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	86
81	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	79
82	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
83	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	83
84	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	86
85	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	87
86	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	81
87	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
88	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	85
89	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	86
90	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	87
91	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	77
92	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	87
93	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	83
94	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	83
95	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	79
96	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	85
97	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	87
98	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	84
99	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	81
100	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	86
101	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	84
102	2	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	80
103	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	84
104	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
105	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	82
106	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	80
107	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	82
108	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	82
109	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	82
110	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	82



1. DATA PENELITIAN VARIABEL KECEMASAN BERBICARA																							
Nb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	Jl
III	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	78
II2	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	81
II3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	85
II4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	82
II5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	85
II6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	87
II7	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	77
II8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
II9	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	83
II10	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	83
II11	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	81
II12	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	85
II13	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	87

2. DATA PENELITIAN VARIABEL PENYESUAIAN DIRI																								
Nb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	Jl
1	1	4	3	4	4	4	4	4	1	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	82	
2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	86
3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	82
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	90
5	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	83
6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	87
7	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	87
8	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	4	3	3	4	83
9	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	91
10	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	85
11	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	3	3	3	3	4	4	84
12	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	89
13	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	85
14	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	91
15	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	84
16	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	82
17	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	87
18	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	87
19	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	88
20	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	89
21	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	91

2. DATA PENELITIAN VARIABEL PENYESUAIAN DIRI																								
Nb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	Jl
22	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	88
23	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	90
24	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	90
25	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	88
26	2	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	84
27	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	88
28	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	88
29	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	89
30	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	84
31	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	86
32	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	86
33	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	82
34	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	90
35	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	83
36	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	82
37	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	87
38	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	90
39	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	89
40	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	85
41	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	83
42	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	89
43	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	83
44	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	88
45	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	85
46	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	82
47	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88
48	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	86
49	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	84
50	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	90
51	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	83
52	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	92
53	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	87
54	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	90
55	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	88
56	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	85
57	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	92
58	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	89

2. DATA PENELITIAN VARIABEL PENYESUAIAN DIRI																								
Nb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	Jl
59	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	92
60	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	88
61	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	85
62	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	89
63	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	87
64	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	87
65	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	84
66	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	89
67	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	91
68	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	88
69	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	85
70	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	90
71	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	88
72	2	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	84
73	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	88
74	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	91
75	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	89
76	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	84
77	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	86
78	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	86
79	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	92
80	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	90
81	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	83
82	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	92
83	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	87
84	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	90
85	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	91
86	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	85
87	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	92
88	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	87
89	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	83
90	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	91
91	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	85
92	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	91
93	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	87
94	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	87
95	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	89

2. DATA PENELITIAN VARIABEL PENYESUAIAN DIRI																								
Nb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	Jl
96	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	88
97	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	91
98	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	88
99	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	85
100	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	86
101	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	88
102	2	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	84
103	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	88
104	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	86
105	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	86
106	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	84
107	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	86
108	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	86
109	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	86
110	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	86
111	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	87
112	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	85
113	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	89
114	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	86
115	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	83
116	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	87
117	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	86
118	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	92
119	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	87
120	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	87
121	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	85
122	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	89
123	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	87

3. DATA PENELITIAN VARIABEL PERHATIAN ORANGTUA																										
Nb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	Jl
1	4	3	4	4	4	4	4	1	4	2	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	91
2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	93
3	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	100
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	96
5	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	89
6	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	100

3. DATA PENELITIAN VARIABEL PERHATIAN ORANGTUA																										
Nb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	Jl
7	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	94
8	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98
9	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	99
10	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	3	4	4	92
11	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	100
12	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98
13	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	100
14	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	99
15	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	2	3	4	89
16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	93
17	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	93
18	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	94
19	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	96
20	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	96
21	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	99
22	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	96
23	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	98
24	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	98
25	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	96
26	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	93
27	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	96
28	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	88
29	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	96
30	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	92
31	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	93
32	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	93
33	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	90
34	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	96
35	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	89
36	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	94
37	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	94
38	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89
39	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	99
40	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	3	4	4	92
41	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	93
42	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98
43	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	96



3. DATA PENELITIAN VARIABEL PERHATIAN ORANG TUA																											
Nb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	Jl	
44	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	99
45	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	2	3	4	4	89
46	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	90
47	4	3	4	4	4	4	4	1	4	2	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	87
48	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	93
49	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	90
50	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	96
51	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	86
52	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	95
53	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	94
54	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98
55	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	99
56	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	4	4	88
57	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	95
58	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98
59	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	95
60	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	99
61	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	89
62	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	95
63	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	93
64	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	94
65	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	96
66	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	96
67	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	99
68	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	96
69	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	98
70	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	98
71	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	96
72	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	93
73	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	96
74	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	94
75	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	96
76	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	92
77	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	93
78	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	93
79	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	95
80	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	96

3. DATA PENELITIAN VARIABEL PERHATIAN ORANG TUA																										
Nb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	Jl
81	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	89
82	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	96
83	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	94
84	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98
85	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	95
86	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	3	4	4	92
87	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	95
88	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98
89	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	95
90	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	92
91	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	2	3	4	89
92	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	92
93	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	93
94	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	94
95	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	92
96	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	91
97	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	92
98	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	96
99	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	98
100	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	98
101	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	94
102	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	93
103	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	96
104	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	94
105	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	94
106	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	92
107	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	93
108	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	89
109	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	94
110	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	97
111	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	91
112	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	3	4	4	92
113	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	97
114	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	97
115	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	96
116	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	90
117	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	2	3	4	89

3. DATA PENELITIAN VARIABEL PERHATIAN ORANGTUA																											
Nb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	Jl	
118	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	95
119	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	93
120	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	94
121	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	94
122	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	95	
123	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89



		aitem1	aitem2	aitem3	aitem4	aitem5	aitem6	aitem7	aitem8	aitem9	Aitem 10	Aitem 11	Aitem 12	Aitem 13	Aitem 14
aitem1	Pearson Correlation	1	,446*	,465**	,563**	,457*	,480**	,406*	,116	,279	,357	,183	,224	,060	-,171
	Sig. (2-tailed)		,014	,010	,001	,011	,007	,026	,543	,136	,053	,333	,233	,754	,365
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem2	Pearson Correlation	,446*	1	,025	,126	,311	,026	,000	,178	,345	,267	,000	,278	-,184	-,262
	Sig. (2-tailed)		,014	,895	,508	,094	,890	1,000	,347	,062	,154	1,000	,137	,332	,160
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem3	Pearson Correlation	,465**	-,025	1	,784**	,249	,704**	,429*	,510**	,251	,466**	,269	,202	,351	,352
	Sig. (2-tailed)		,010	,895	,000	,185	,000	,018	,004	,182	,009	,151	,285	,057	,056
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem4	Pearson Correlation	,563**	,126	,784**	1	,573**	,855**	,708**	,340	,449*	,562**	,134	,441*	,351	,277
	Sig. (2-tailed)		,001	,508	,000	,001	,000	,000	,066	,013	,001	,479	,015	,057	,139
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem5	Pearson Correlation	,457*	,311	,249	,573**	1	,622**	,597**	-,095	,471**	,330	,000	,558**	,173	-,028
	Sig. (2-tailed)		,011	,094	,185	,001	,000	,000	,616	,009	,075	1,000	,001	,362	,882
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem6	Pearson Correlation	,480**	,026	,704**	,855**	,622**	1	,683**	,178	,276	,334	,000	,306	,321	,184
	Sig. (2-tailed)		,007	,890	,000	,000	,000	,000	,347	,140	,071	1,000	,101	,084	,330
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem7	Pearson Correlation	,406*	,000	,429*	,708**	,597**	,683**	1	,110	,396*	,446*	,000	,216	,085	,195
	Sig. (2-tailed)		,026	1,000	,018	,000	,000	,000	,564	,030	,014	1,000	,251	,655	,302
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem8	Pearson Correlation	,116	-,178	,510**	,340	-,095	,178	,110	1	,117	,564**	,474**	,094	,465**	,444
	Sig. (2-tailed)		,543	,347	,004	,066	,616	,347	,564		,540	,001	,008	,622	,010
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem9	Pearson Correlation	,279	,345	,251	,449*	,471**	,276	,396*	,117	1	,727**	,000	,696**	,331	-,172
	Sig. (2-tailed)		,136	,062	,182	,013	,009	,140	,030	,540		,000	1,000	,000	,074
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem10	Pearson Correlation	,357	,267	,466**	,562**	,330	,334	,446*	,564**	,727**	1	,357	,479**	,466**	,267
	Sig. (2-tailed)		,053	,154	,009	,001	,075	,071	,014	,001	,000		,053	,007	,009

	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem11	Pearson Correlation	,183	,000	,269	,134	,000	,000	,000	,474**	,000	,357	1	,000	,245	,281
	Sig. (2-tailed)	,333	1,000	,151	,479	1,000	1,000	1,000	,008	1,000	,053		1,000	,192	,133
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem12	Pearson Correlation	,224	,278	,202	,441*	,558**	,306	,216	,094	,696**	,479**	,000	1	,412*	-,056
	Sig. (2-tailed)	,233	,137	,285	,015	,001	,101	,251	,622	,000	,007	1,000		,024	,771
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem13	Pearson Correlation	,060	-,184	,351	,351	,173	,321	,085	,465**	,331	,466**	,245	,412*	1	,092
	Sig. (2-tailed)	,754	,332	,057	,057	,362	,084	,655	,010	,074	,009	,192	,024		,630
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem14	Pearson Correlation	-,171	-,263	,352	,277	-,028	,184	,195	,444*	-,173	,267	,281	-,056	,092	1
	Sig. (2-tailed)	,365	,160	,056	,139	,882	,330	,302	,014	,362	,154	,133	,771	,630	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem15	Pearson Correlation	,247	-,061	,573**	,749**	,418*	,612**	,465**	,310	,405*	,412*	,163	,520**	,454*	,214
	Sig. (2-tailed)	,188	,748	,001	,000	,022	,000	,010	,096	,026	,024	,388	,003	,012	,256
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem16	Pearson Correlation	,075	,029	,192	,356	,308	,229	,319	,387*	,301	,473**	,000	,515**	,500**	,201
	Sig. (2-tailed)	,695	,880	,310	,053	,098	,223	,086	,034	,106	,008	1,000	,004	,005	,287
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem17	Pearson Correlation	,280	-,198	,589**	,670**	,216	,537**	,451*	,382*	,159	,352	,151	,218	,321	,566*
	Sig. (2-tailed)	,134	,294	,001	,000	,252	,002	,012	,037	,400	,057	,426	,247	,084	,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem18	Pearson Correlation	,383*	,147	,646**	,477**	,110	,382*	,163	,496**	,212	,522**	,314	,171	,179	,499*
	Sig. (2-tailed)	,037	,439	,000	,008	,561	,037	,389	,005	,261	,003	,091	,368	,343	,005
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem19	Pearson Correlation	,124	,119	,217	,131	-,122	-,119	-,155	,705**	,102	,401*	,478**	,176	,364*	,388
	Sig. (2-tailed)	,513	,530	,250	,490	,522	,530	,414	,000	,593	,028	,008	,351	,048	,034
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem20	Pearson Correlation	,487**	,067	,370*	,370*	,223	,234	,074	,451*	,333	,364*	,178	,374*	,291	,167
	Sig. (2-tailed)	,006	,726	,044	,044	,237	,214	,697	,012	,072	,048	,346	,042	,119	,378
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem21	Pearson Correlation	,486**	-,061	,661**	,749**	,418*	,704**	,578**	,103	,285	,295	,000	,229	,293	,214
	Sig. (2-tailed)	,006	,748	,000	,000	,022	,000	,001	,587	,127	,113	1,000	,223	,115	,256
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem22	Pearson Correlation	,253	-,408*	,605**	,605**	,318	,561**	,549**	,086	-,007	,123	,000	,075	,222	,357
	Sig. (2-tailed)	,178	,025	,000	,000	,087	,001	,002	,651	,972	,517	1,000	,692	,237	,053
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem23	Pearson Correlation	,257	-,338	,467**	,467**	,115	,572**	,318	,176	-,058	,125	,000	-,129	,431*	,364
	Sig. (2-tailed)	,170	,068	,009	,009	,546	,001	,087	,353	,761	,509	1,000	,497	,017	,048
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem24	Pearson Correlation	-,064	-,098	-,023	,257	,368*	,391*	,363*	,000	,224	,062	-,261	,336	,213	,049
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30



	Sig. (2-tailed)	,738	,607	,902	,170	,045	,032	,049	1,000	,233	,745	,163	,070	,258	,797
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
aitem25	Pearson Correlation	,139	-,167	,530**	,434*	,187	,367*	,322	,451*	,114	,322	,535**	,092	,233	,434
	Sig. (2-tailed)	,463	,378	,003	,017	,323	,046	,083	,012	,549	,083	,002	,630	,216	,017
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Total	Pearson Correlation	,536**	,081	,783**	,904**	,567**	,771**	,641**	,529**	,505**	,701**	,283	,527**	,528**	,430
	Sig. (2-tailed)	,002	,672	,000	,000	,001	,000	,000	,003	,004	,000	,130	,003	,003	,018
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

## Reliability

Scale: ALL VARIABLES

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,896	25

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem1	74,77	67,426	,384	,894
aitem2	75,17	67,592	,194	,902
aitem3	74,73	62,961	,722	,886
aitem4	74,83	63,523	,665	,887
aitem5	74,50	65,224	,613	,889

aitem6	74,67	63,816	,669	,888
aitem7	74,73	65,926	,537	,891
aitem8	75,13	66,947	,362	,895
aitem9	74,57	66,806	,510	,892
aitem10	74,77	66,461	,571	,891
aitem11	75,00	69,448	,186	,897
aitem12	74,63	66,723	,468	,892
aitem13	74,83	67,937	,553	,892
aitem14	75,33	64,368	,509	,892
aitem15	74,67	64,437	,755	,887
aitem16	74,73	65,513	,584	,890
aitem17	74,93	65,099	,646	,889
aitem18	74,83	66,282	,494	,892
aitem19	74,97	67,137	,347	,895
aitem20	74,73	67,306	,441	,893
aitem21	74,57	64,875	,663	,888
aitem22	74,57	67,082	,304	,897
aitem23	75,07	65,306	,469	,892
aitem24	75,47	62,533	,442	,897
aitem25	75,00	66,966	,432	,893

#### Lampiran 4: Instrumen Penelitian

##### Kisi-kisi Instrumen Penelitian Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Aspek	Indikator	Nomor Item		Jl.
		Positif	Negatif	
Fisik	a. Gemetar b. Keringat bercucuran c. Tangan terasa dingin d. Detak jantung cepat e. Gangguan pencernaan f. Nafas memburu	1,3,4,5, 6,7,8,9, 10	2	10

Psikis	a. Rendah diri b. Takut c. Gugup d. Konsentrasi terganggu e. Tegang f. Kurang mampu	12,13, 14,15, 16,17, 18,19, 20,21, 22,23	11	13
<b>Total</b>		20	2	23

**Kisi-kisi Instrumen Penelitian Skala Penyesuaian Diri**

Aspek	Indikator	Nomor Item		Jl.
		Positif	Negatif	
Aspek self-knowledge dan self-insight	a. Mempunyai perbuatan yang seharusnya di lakukan b. Memiliki rencana kedepan c. Selalu melakukan yang terbaik d. Selalu berusaha menyelesaikan tugas	1,2,3,4	5	5
Aspek self-objectivity dan self-acceptance	a. Memiliki nilai yang ingin di capai b. Berusaha mencapai hasil yang baik c. Berusaha menjadi unggul dalam berprestasi	6,7	8	3
Aspek self-development dan self-control	a. Memiliki jadwal waktu yang terencana b. Mampu mengatasi masalah dalam penyelesaian tugas c. Ingin tahu	10,11, 12,13	9	5
Aspek Satisfaction	a. Mengerjakan tugas yang berat agar terbiasa dalam menyelesaikannya b. Mencoba tantangan di dalam tugasnya	15,16,17, 18,19	14	6
<b>Total</b>		15	4	19

**Kisi-kisi Instrumen Penelitian Skala Perhatian Orangtua**

Aspek	Indikator	Nomor Item		Jl.
		Positif	Negatif	
Mengajarkan anak berpikir positif	a. Merencanakan diri b. Mengatur diri c. Menginstruksi diri d. Memonitor diri	1,3,4,5	2	5
Menumbuhkan	a. Kemampuan mengenai	6,7,8,9	11	6

rasa sikap percaya diri	kemampuan dalam mengerjakan tugas b. Keyakinan mengenai pentingnya minat terhadap suatu tugas c. Reaksi emosional terhadap suatu tugas	10		
Memberi kesempatan untuk jadi pemimpin	a. Perilaku mengatur diri b. Perilaku menyeleksi perilaku belajar c. Memanfaatkan lingkungan belajar d. Menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar	12,13,14 15,16,17	-	6
Rajin berkomunikasi dengan anak	a. Memberikan ruang bagi anak untuk bercerita keluhannya b. Memberikan afeksi sebagaimana komunikasi yang sehat antara anak dan orang tua	18,19,20 21,22	-	5
<b>Total</b>		21	2	

### Lampiran 5: Deskripsi Data

Statistics				
		Kecemasan Berbicara	Penyesuaian Diri	Perhatian Orangtua
N	Valid	123	123	123
	Missing	0	0	0
Mean		83.69	87.05	94.26
Median		84.00	87.00	94.00
Mode		87(a)	87	96
Std. Deviation		3.332	2.746	3.234
Variance		11.100	7.539	10.456
Range		15	10	14

Minimum	73	82	86
Maximum	88	92	100
Sum	10294	10707	11594

a Multiple modes exist. The smallest value is shown

**Kecemasan Berbicara**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 73	1	.8	.8	.8
76	2	1.6	1.6	2.4
77	4	3.3	3.3	5.7
78	2	1.6	1.6	7.3
79	5	4.1	4.1	11.4
80	7	5.7	5.7	17.1
81	10	8.1	8.1	25.2
82	12	9.8	9.8	35.0
83	13	10.6	10.6	45.5
84	10	8.1	8.1	53.7
85	13	10.6	10.6	64.2
86	12	9.8	9.8	74.0
87	16	13.0	13.0	87.0
88	16	13.0	13.0	100.0
Total	123	100.0	100.0	

**Penyesuaian Diri**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 82	6	4.9	4.9	4.9
83	9	7.3	7.3	12.2
84	10	8.1	8.1	20.3
85	12	9.8	9.8	30.1
86	15	12.2	12.2	42.3
87	17	13.8	13.8	56.1
88	16	13.0	13.0	69.1
89	12	9.8	9.8	78.9
90	10	8.1	8.1	87.0
91	9	7.3	7.3	94.3
92	7	5.7	5.7	100.0
Total	123	100.0	100.0	

**Perhatian Orangtua**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 86	1	.8	.8	.8
87	1	.8	.8	1.6
88	2	1.6	1.6	3.3
89	11	8.9	8.9	12.2
90	4	3.3	3.3	15.4



91	3	2.4	2.4	17.9
92	11	8.9	8.9	26.8
93	16	13.0	13.0	39.8
94	15	12.2	12.2	52.0
95	10	8.1	8.1	60.2
96	21	17.1	17.1	77.2
97	3	2.4	2.4	79.7
98	13	10.6	10.6	90.2
99	8	6.5	6.5	96.7
100	4	3.3	3.3	100.0
Total	123	100.0	100.0	

Untuk Menyajikan Data dalam Bentuk Distribusi Frekuensi, maka dilakukan analisis data sebagai berikut:

1. Menentukan jumlah kelas, dengan rumus:  $K=1 + 3,3 \log n$
2. Menentukan rentangan data, dengan rumus:  $R= x\text{-maksimal} - x\text{ minimal}$
3. Menentukan panjang kelas, dengan rumus:  $P= R [\text{rentang}]/K$  [jumlah kelas]

Oleh karena itu, untuk masing-masing variabel dapat dilihat sebagai berikut:

**Jumlah kelas untuk ketiga variabel:**

$$\begin{aligned}
 K &= 1 + 3,3 \log 123 \\
 &= 1 + 3,3 \times 2,0899 \\
 &= 1 + 6,8967 \\
 &= 7,8967 \text{ dibulatkan menjadi } 8.
 \end{aligned}$$

**Rentangan Data:**

Variabel Y :  $R= X\text{-maksimal} - X\text{-minimal}$   $R = 88-73 = 15$   
 Variabel X<sub>1</sub> :  $R= X\text{-maksimal} - X\text{-minimal}$   $R = 92-82 = 10$   
 Variabel X<sub>2</sub> :  $R= X\text{-maksimal} - X\text{-minimal}$   $R = 100-86 = 14$

**Panjang Kelas:**

Variabel Y :  $P= R [\text{rentang}]/K$  [jumlah kelas]  $P = 15/8 = 1,8$   
 Variabel X<sub>1</sub> :  $P= R [\text{rentang}]/K$  [jumlah kelas]  $P = 10/8 = 1,25$   
 Variabel X<sub>2</sub> :  $P= R [\text{rentang}]/K$  [jumlah kelas]  $P = 14/8 = 1,75$

**Lampiran 6: Uji Normalitas**

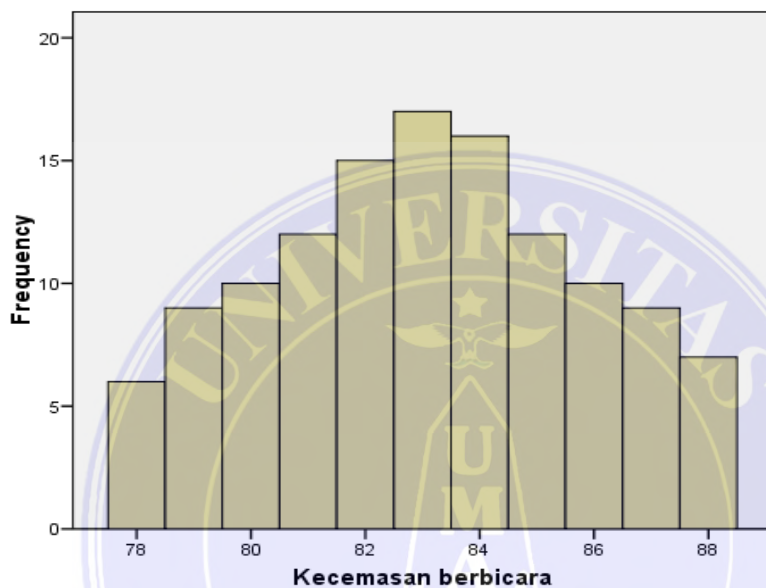
**Tests of Normality**

	Kolmogorov-Smirnov(a)	Shapiro-Wilk
--	-----------------------	--------------

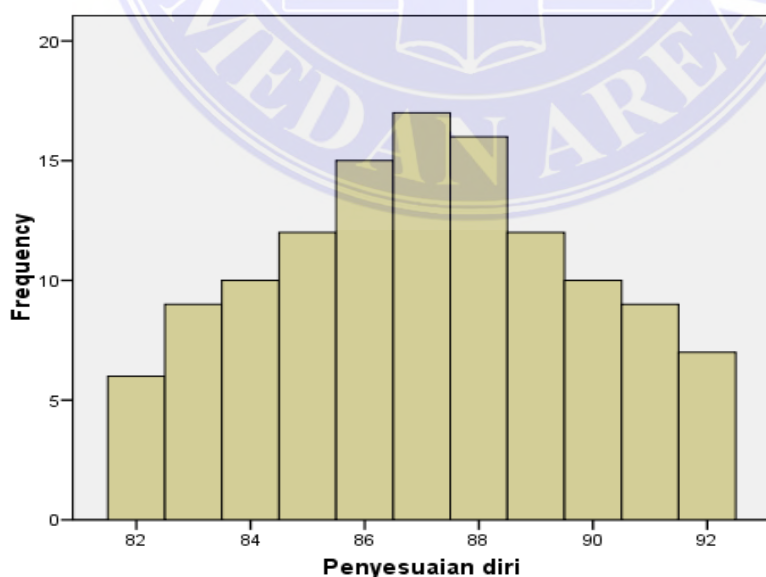
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kecemasan berbicara	.075	123	.090	.966	123	.003
Penyesuaian diri	.075	123	.090	.966	123	.003
Dukungan orangtua	.078	123	.060	.974	123	.017

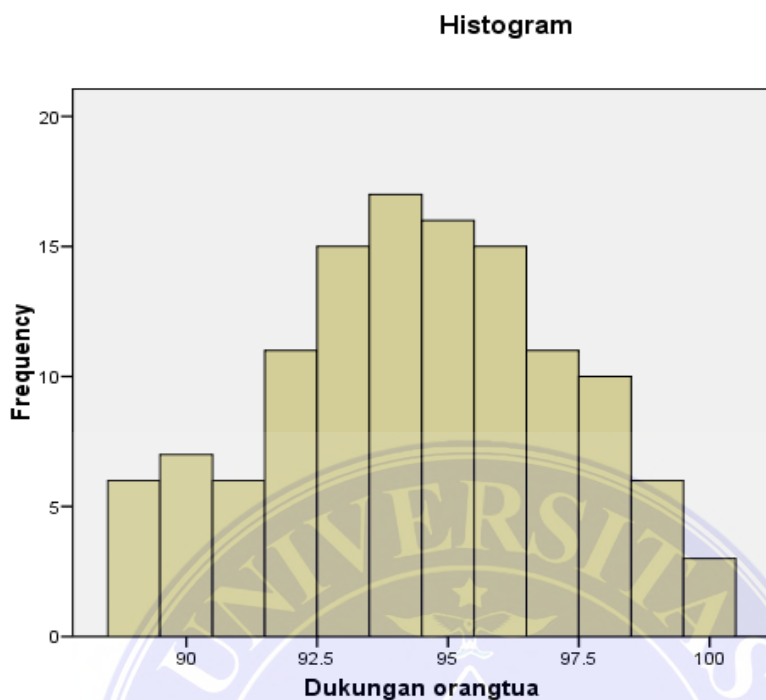
a Lilliefors Significance Correction

**Histogram**



**Histogram**





**Lampiran 7: Uji Linearitas**

**ANOVA Table**

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Berbicara * Perhatian Orangtua	614.303	14	43.879	6.404	.000
Linearity	161.493	1	161.493	23.571	.000
Deviation from Linearity	452.810	13	34.832	<b>5.084</b>	<b>.380</b>
Within Groups	739.957	108	6.851		
Total	1354.260	122			

**ANOVA Table**

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Berbicara * Penyesuaian Diri	659.638	10	65.964	10.636	.000
Linearity	349.375	1	349.375	56.333	.000
Deviation from Linearity	310.262	9	34.474	<b>5.558</b>	<b>.570</b>
Within Groups	694.622	112	6.202		

Total	1354.260	122		
-------	----------	-----	--	--

### Lampiran 8: Uji Hipotesis

#### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	-.508(a)	.258	.252	2.882

a Predictors: (Constant), Penyesuaian diri

#### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	-.345(a)	.119	.112	3.140

a Predictors: (Constant), Perhatian orangtua

#### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	-.536(a)	.287	.275	2.836

a Predictors: (Constant), Penyesuaian diri, Perhatian orangtua

#### ANOVA(b)

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	388.917	2	194.458	24.173	.000(a)
	Residual	965.343	120	8.045		
	Total	1354.260	122			

a Predictors: (Constant), Penyesuaian diri, Perhatian orangtua

b Dependent Variable: Kecemasan berbicara