

**PERBEDAAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM DITINJAU DARI
JENIS KELAMIN PADA MAHASISWAFAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS**

MEDAN AREA

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area

OLEH :

ANNISA FITRI SITORUS PANE

17.860.0224



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDANAREA**

MEDAN

2022

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 7/10/22

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)7/10/22

**PERBEDAAN KECEMASAN BERBICARA DIDEPAN UMUM
DITINJAU DARI JENIS KELAMIN PADA MAHASISWA FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana di Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area

ANNISA FITRI SITORUS PANE

17.860.0224

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2022**

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

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PERBEDAAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM
DITINJAU DARI JENIS KELAMIN PADA MAHASISWA
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA

Dipersiapkan dan disusun oleh
Annisa Fitri Sitorus Pane
17.860.0224

Teloh dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 19 Agustus 2022
Susunan Dewan Penguji

Ketua

(Dr. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

Sekretaris

(Arif Fachrian, S.Psi, M.Psi)

Pembimbing

(Istiana, S.Psi, M.Pd, M.Psi)

Penguji Tamu

(Dra. Mustika Tarigan, M.Psi)

Skripsi ini diterima sebagai salah satu
persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana
tanggal 19 Februari 2022

Kepala Bagian

(Dinda Permatasari Hrp, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area



PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Annisa Fitri Sitorus Pane

NPM : 178600224

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa dalam dokumen ilmiah Skripsi ini tidak terdapat bagian karya ilmiah lain yang telah diajukan untuk memperoleh gelar akademik di suatu lembaga Pendidikan Tinggi dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang/lembaga lain, kecuali yang secara lengkap dalam daftar pustaka.

Dengan demikian, saya menyatakan bahwa dokumen ilmiah ini bebas dari unsur-unsur plagiasi dan apabila dokumen ilmiah skripsi ini dikemudian hari terbukti merupakan plagiasi dari hasil karya penulis lain dan/atau dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik dan/atau sanksi hukum yang berlaku.

Medan, 19 Agustus 2022



Annisa Fitri Sitorus Pane

178600224

HALAMANPERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

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

Nama : Annisa Fitri Sitorus Pane

NPM : 178600224

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Rights*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **Perbedaan Kecemasan Berbicara Didepan Umum Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Dibuat di :

Medan, 19 Agustus 2022

Yang menyatakan

(Annisa Fitri Sitorus Pane)



Scanned with CamScanner

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

V

Document Accepted 7/10/22

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)7/10/22

PERSEMBAHAN

Sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan kekuatan dan membekali dengan ilmu, atas karunia serta kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan. Shalawat dan salam selalu terlimpahkan keharibaan Rasulullah, Muhammad SAW.

Terima kasih kepada diri saya sendiri atas perjuangan selama ini dengan melawan rasa malas dan suasana hati yang tidak menentu dalam proses pengerjaan skripsi ini. Saya persembahkan karya sederhana ini kepada orang yang sangat saya kasih dan sayangi.

Ibu dan Ayah

Sebagai tanda bakti, hormat, serta rasa terima kasih yang tiada terhingga saya persembahkan karya kecil ini kepada orangtua saya terutama mama yang telah memberikan semangat, dukungan, bimbingan, dan kasih sayang. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat Ayah dan Mamak bangga.

Teman-teman

Untuk teman-temanku yang selalu memberikan motivasi dan dukungan moral yang membuatku semangat untuk menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih banyak telah memberikan banyak bantuan serta hal yang tak terlupakan kepadaku.

Dosen Pembimbing Tugas Akhir

Ibu Istiana, S Psi., M. PSI., selaku dosen pembimbing skripsi. Terima kasih banyak Ibu yang telah menyemangati, mengajari banyak hal, menasihati, dan mengarahkan saya sampai skripsi iniselesai.



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT, yang mana telah memberikan kesehatan dan karunia-Nya kepada penulis serta kekuatan untuk menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Perbedaan Kecemasan Berbicara Didepan Umum Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area”** tepat pada waktunya dan mampu bertahan menghadapi setiap kendala selama penyelesaian skripsi ini. Proses penyusunan ini tidak sekedar pemenuhan tugas akhir sebagai syarat untuk memperoleh derajat kesarjanaan Strata 1, namun lebih pada suatu proses untuk memperluas wawasan serta menambah ilmu untuk menghadapi masa depan kelak.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangannya, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati, peneliti membuka diri untuk menerima saran maupun kritikan yang konstruktif dan membangun dari para pembaca demi penyempurnaannya dalam upaya menambah khasanah pengetahuan dan nilai dari skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat, baik bagi perkembangan ilmu pengetahuan maupun bagi dunia pendidikan.

1. Yang paling utama Allah SWT, Maha Pengasih lagi Maha Penyayang.

Saya haturkan puji dan syukur atas karunia, ridho dan lindungan-Mu serta kelancaran dalam proses pengerjaan skripsi ini. Karena atas izin-Mu, segala hal yang tidak mungkin menjadi mungkin tercapai.

2. Orang tua tercinta, Kepada Ayahanda H. Samsul Bahri Sitorus Pane, terima kasih atas doa, semangat, yang selalu diberikan. Semoga papa selalu diberi kesehatan dan umur yang panjang untuk melihat sayasukses.
3. Untuk Ibunda tercinta Elvi Gumanti Siagian, terima kasih atas doa, dukungan, semangat, serta bantuan dalam segala bentuk yang diberikan

untuk saya. Semoga mama selalu diberikan kesehatan dan umur yang panjang untuk melihat saya sukses.

4. Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim Siregar
5. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M. Eng., M. Sc., selaku Rektor Universitas Medan Area yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
6. Bapak Hasanuddin, Ph. D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah memberikan izin penelitian dan kelancaran dalam penyusunan skripsi ini.
7. Ibu Laili Alfita, S. Psi., MM, M. Psi., selaku Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah membantu penulis untuk memberikan izin penelitian.
8. Ibu Istiana, S. Psi, M. Psi., selaku dosen pembimbing yang senantiasa memberikan bimbingan, saran, motivasi, dalam penyusunan skripsi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Ibu Dra. Mustika Tarigan, M. Psi selaku pembimbing yang senantiasa memberikan bimbingan dan saran dalam penyusunan skripsi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini
10. Bapak Arief Fachrian, S. Psi., M. Psi selaku sekretaris yang senantiasa memberikan saran dalam penyusunan skripsi ini
11. Ibu Dinda Permatasari Harahap, M. Psi., Psikolog, selaku ketua jurusan Psikologi Perkembangan.
12. Para dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, terima kasih atas segala ilmu yang diberikan semoga kelak bermanfaat dan sebagai bekal

UNIVERSITAS MEDAN AREA kemudian hari.

13. Seluruh staff dan pegawai Fakultas Psikologi yang juga sangat membantu saya dalam mempersiapkan segala berkas yang dibutuhkan dalam penyusunan skripsi ini.
14. Semua responden penelitian, terima kasih atas kesediaan kalian semua sudah meluangkan waktu demi kelancaran penelitian ini.
15. Teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Medan Area angkatan 2017, terkhusus kelas A2. Terima kasih atas kebersamaan yang sudah dilalui selama ini semoga pertemanan terusterjalin.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang tidak disebut oleh penulis, yang telah membantu dan memberikan perhatian lebih terhadap proses penyelesaian skripsi ini. Penulis telah berupaya seoptimal mungkin dalam penyelesaian skripsi ini, meskipun demikian penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih bagi setiap pembaca dan berharap agar kiranya skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Wassalam

MOTTO

"Whatever you are, be a good one."

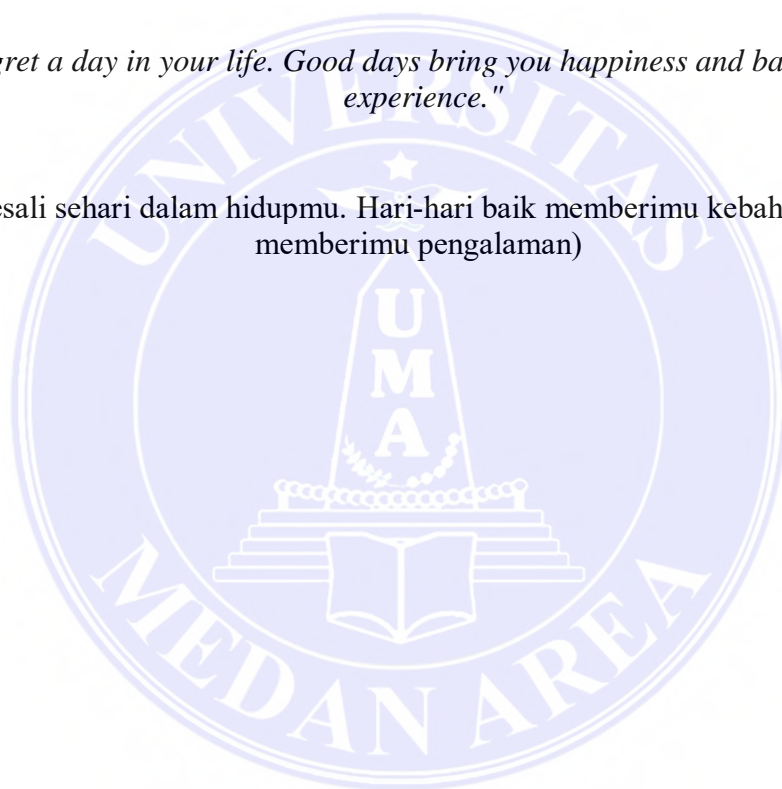
(Apa pun dirimu, jadilah yang terbaik)

"Take the risk or lose the chance."

(Ambil risiko atau kehilangan kesempatan)

"Never regret a day in your life. Good days bring you happiness and bad days give you experience."

(Jangan pernah menyesali sehari dalam hidupmu. Hari-hari baik memberimu kebahagiaan dan hari-hari buruk memberimu pengalaman)



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Pribadi

Nama : Annisa Fitri Sitorus Pane
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat & Tanggal Lahir : Air Batu, 17 Januari 2000
Alamat : Air Batu, Sei Alim Ulu
Kode Pos : 21272
Nomor Ponsel : 0822-7283-3385
E-mail : ichapane17@gmail.com
Agama : Islam
Nama Ayah : Samsul Bahri Sitorus Pane
Nama Ibu : Elvi Gumanti Siagian

B. Jenjang Pendidikan Formal

1. Tamatan SDN 010047 Air Batu Sei Alim Ulu, tahun 2011
2. Tamatan SMP N 1 Air Batu Sei Alim Ulu, tahun 2014
3. Tamatan SMA N 1 Air Batu Sei Alim Ulu, tahun 2017
4. Terdaftar sebagai mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area pada tahun 2017.

Demikian daftar riwayat hidup ini saya buat dengan sebenarnya.

DAFTAR ISI

| | |
|--|-------------|
| HALAMAN PENGESAHAN..... | ii |
| HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI | iv |
| PERSEMBAHAN..... | vii |
| KATA PENGANTAR | viii |
| MOTTO..... | xi |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP | xii |
| DAFTAR ISI..... | xii |
| DAFTAR TABEL..... | xvi |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xvi |
| ABSTRAK..... | 1 |
| ABSTRAC | 2 |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang Masalah | 3 |
| B. Identifikasi Masalah | 8 |
| C. Batasan Masalah..... | 8 |
| D. Rumusan Masalah | 9 |
| E. Tujuan Penelitian..... | 9 |

| | |
|----------------------------|---|
| F. Manfaat Penelitian..... | 9 |
|----------------------------|---|

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

| | |
|---|----|
| A. Mahasiswa..... | 10 |
| 1. Pengertian Mahasiswa..... | 10 |
| 2. Ciri-ciri Mahasiswa..... | 11 |
| 3. Peranan Mahasiswa..... | 11 |
| B. Kecemasan Berbicara di Depan Umum..... | 12 |
| 1. Pengertian Kecemasan | 12 |
| 2. Pengertian Kecemasan Berbicara di Depan Umum..... | 15 |
| 3. Aspek-aspek Kecemasan Berbicara di Depan Umum | 17 |
| 4. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kecemasan Berbicara di Depan Umum..... | 19 |
| C. Jenis Kelamin | 23 |
| 1. Pengertian Jenis Kelamin | 23 |
| D. Perbedaan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Ditinjau Dari Jenis Kelamin..... | 24 |
| E. Kerangka Konseptual | 27 |
| F. Hipotesis | 28 |

BAB III METODE PENELITIAN

| | |
|---|----|
| A. Tipe Penelitian..... | 29 |
| B. Identifikasi Variabel Penelitian..... | 29 |
| C. Definisi Operasional Variabel Penelitian | 29 |
| D. Populasi dan Sampel..... | 30 |
| E. Teknik Pengumpulan Data..... | 31 |
| F. Validitas dan Reliabilitas | 31 |

| | |
|-------------------------------|----|
| G. Metode Analisis Data | 33 |
|-------------------------------|----|

BAB V HASIL PENELITIAN & PEMBAHASAN

| | |
|---|----|
| A. Orientasi Kancan Penelitian..... | 34 |
| B. Persiapan Penelitian..... | 35 |
| 1. Persiapan Administrasi | 35 |
| 2. Persiapan Alat Ukur..... | 36 |
| C. Uji Coba AlatUkur | 36 |
| D. Pelaksanaan Penelitian..... | 37 |
| E. Analisis Data dan Hasil Penelitian | 38 |
| F. Uji Asumsi | 39 |
| 1. Uji Normalitas | 39 |
| 2. Uji Homogenitas..... | 39 |
| G. Pengujian Hipotetis | 40 |
| H. Hasil Perhitungan Mean Empirik dan Hipotetik | 40 |
| 1. Mean Hipotetik..... | 40 |
| 2. Mean Empirik..... | 41 |
| 3. Kriteria | 41 |
| 4. Kurva | 42 |
| a. Pembahasan | 43 |

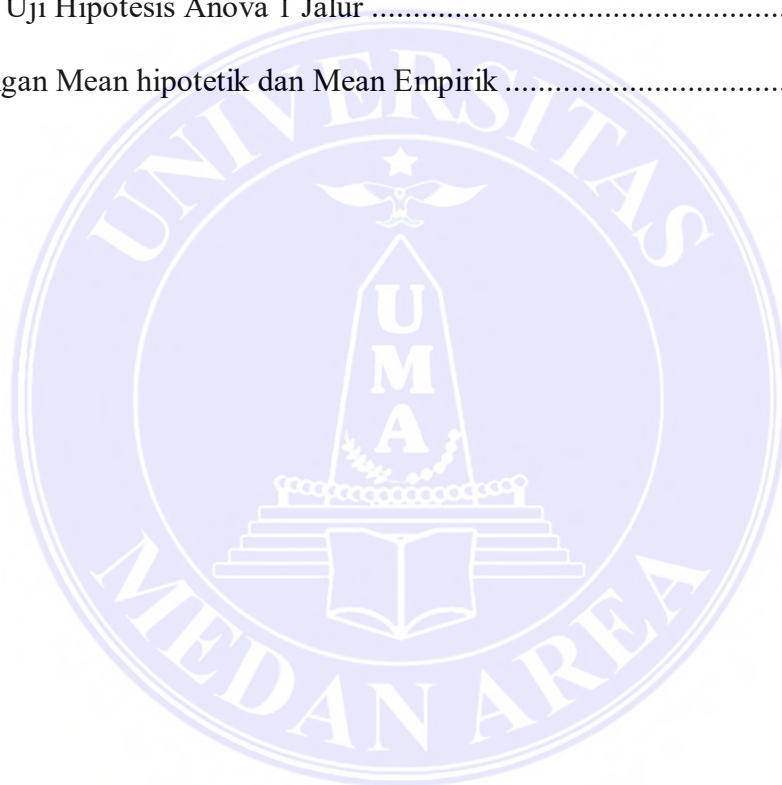
BAB V KESIMPULAN

| | |
|---------------------|----|
| A. Kesimpulan | 45 |
| B. Saran | 46 |

| | |
|----------------------------|-----------|
| DAFTARPUSTAKA | 47 |
|----------------------------|-----------|

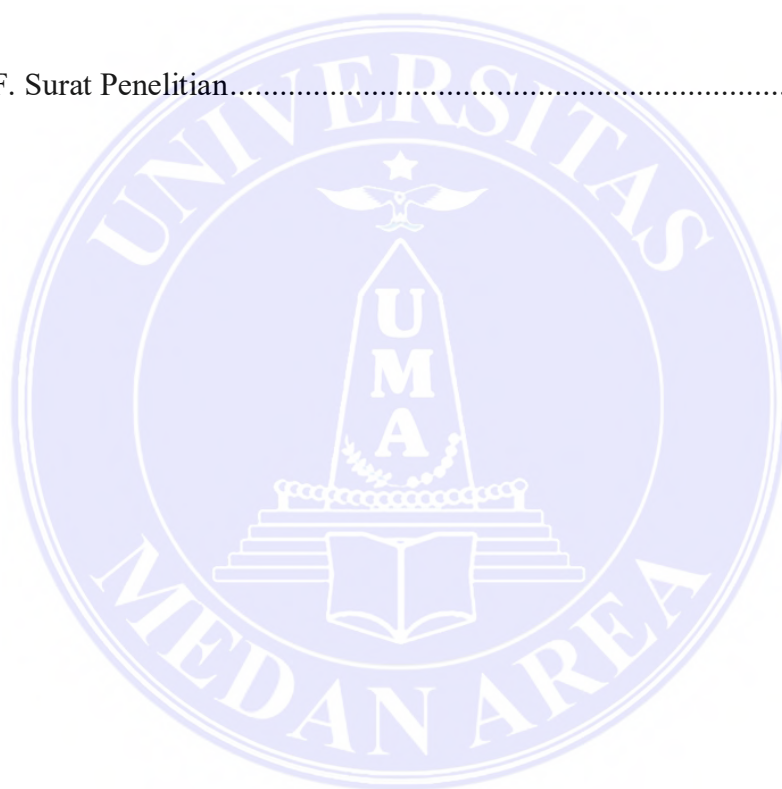
DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Kecemasan Berbicara Didepan Umum Sebelum Uji Coba..... | 46 |
| Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Kecemasan Berbicara Didepan Umum Setelah Uji Coba..... | 38 |
| Rangkuman Hasil Perhitungan Uji NormalitasSebaran | 39 |
| Rangkuman Hasil PerhitunganUji Homogenitas | 40 |
| Analisis Uji Hipotesis Anova 1 Jalur | 40 |
| Perhitungan Mean hipotetik dan Mean Empirik | 41 |



DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|----|
| Lampiran A. Blue print Skala..... | 51 |
| Lampiran B. Skala Penelitian..... | 55 |
| Lampiran C. Data Penelitian | 59 |
| Lampiran D. Uji Validitas dan Reliabilitas..... | 60 |
| Lampiran E. Analisis Data | 64 |
| Lampiran F. Surat Penelitian..... | 67 |



Perbedaan Kecemasan Berbicara Didepan Umum Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

ANNISA FITRI SITORUS PANE

NPM : 178600224

ABSTRAK

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk menguji dan mendapatkan data secara empiris mengenai Perbedaan Kecemasan Berbicara Didepan Umum Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Sejalan dengan landasan teori, makadiajukan hipotesis yang berbunyi adanya perbedaan kecemasan berbicara didepan umum ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa fakultas psikologi. Peneliti juga membatasi masalah dengan ketentuan mahasiswa yang menjadi subjek penelitian adalah mahasiswa psikologi di universitas medan area stambuk 2017 kelas A1 dan A2 dengan populasi 165 mahasiswa dengan sampel 65 responden, 25 laki-laki dan 40 perempuan. Pengambilan sample dilakukan dengan teknik *accidental sampling*. Penelitian ini menggunakan skala kecemasan berbicara didepan umum. Skala kecemasan berbicara didepan umum disusun berdasarkan aspek-aspek kecemasan menurut Semiun 2006, yaitu : (1) Suasana Hati, (2) Kognitif, (3) Somatik, (4) Motorik. Berdasarkan analisis data, diketahui bahwa ada perbedaan antar kecemasan berbicara berdasarkan jenis kelamin, Hasil ini dibuktikan dengan F beda 12,252 dengan Sig (p) < 0,005. Dengan demikian maka hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima. Sebagaimana diketahui bahwa nilai signifikansi (Sig.) dalam uji F beda adalah sebesar 12,252. Karena sig. 0,001 < 0,05 maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan dalam uji F dapat disimpulkan bahwa antar A (antar kecemasan berbicara ditinjau dari jenis kelamin) memiliki adanya perbedaan.

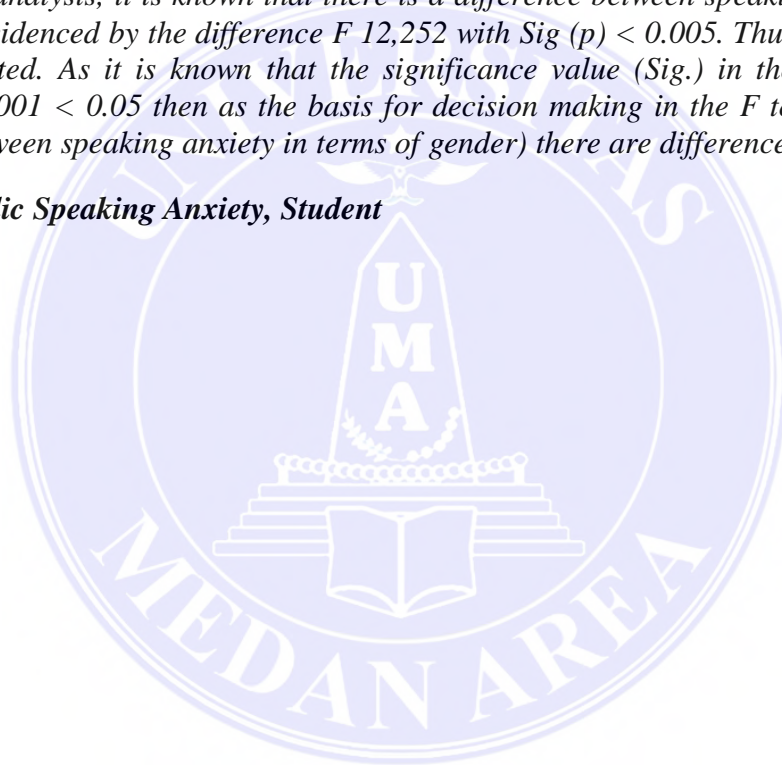
Kata Kunci : Kecemasan Berbicara Didepan Umum, Mahasiswa

Differences in Public Speaking Anxiety in terms of Gender in Students of the Faculty of Psychology, University of Medan Area

ABSTRAC

This study is a quantitative study that aims to test and obtain empirical data regarding the Differences in Public Speaking Anxiety in terms of Gender in Students of the Faculty of Psychology, University of Medan Area. In line with the theoretical basis, a hypothesis was proposed which reads that there is a difference in public speaking anxiety in terms of gender in psychology faculty students. The researcher also limits the problem with the provision that students who are research subjects are psychology students at the 2017 Stambuk area Medan University class A1 and A2 with a population of 165 students with a sample of 65 respondents, 25 males and 40 females. Sampling is done by accidental sampling technique. This study uses a public speaking anxiety scale. Public speaking anxiety scale is based on the aspects of anxiety according to Semiun 2006, namely: (1) Mood, (2) Cognitive, (3) Somatic, (4) Motor. Based on data analysis, it is known that there is a difference between speaking anxiety based on gender. This result is evidenced by the difference $F_{12,252}$ with $Sig(p) < 0.005$. Thus, the proposed hypothesis is declared accepted. As it is known that the significance value (Sig.) in the different F test is 12,252. Because $sig. 0.001 < 0.05$ then as the basis for decision making in the F test, it can be concluded that between A (between speaking anxiety in terms of gender) there are differences.

Keyword : Public Speaking Anxiety, Student



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan status yang disandang oleh seseorang yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Sebagai mahasiswa mereka diharapkan mampu untuk lebih aktif, kreatif, kritis, serta mampu berkomunikasi dengan baik. Mahasiswa dituntut untuk memiliki kemampuan public speaking di depan umum, Seperti diketahui, public speaking dipahami sebagai teknik penyampaian pesan di depan publik. Secara keilmuan, public speaking sendiri merupakan bagian dari ilmu komunikasi. Hal ini dikarenakan komunikasi merupakan proses interaksi untuk berhubungan dari satu pihak ke pihak lainnya. Saat ini, public speaking merupakan salah satu kemampuan mutlak yang dibutuhkan di era global. Hal tersebut dipicu oleh tuntutan zaman dan teknologi yang ada sekarang ini yang memaksa individu untuk bisabersaing meningkatkan kualitas diri. Letak pentingnya kemampuan public speaking tak terlepas dari definisi public speaking itu sendiri.

Secara etimologis, public speaking terdiri atas “public” yang artinya kepada siapa kita akan berbicara; sementara “speaking” berarti bagaimana cara menyampaikannya. Semua orang memang mampu berbicara namun hanya sebagian yang mampu meramu kata-kata menjadi bahasa yang indah dan dapat menarik publik untuk mendengarnya. Jadi, secara sederhana public speaking artinya kemampuan berbicara dengan melakukan "permainan" bahasa di depan khalayak. selain itu mahasiswa jugadituntut memiliki keahlian mengungkapkan pikirannya secara tertulis. Kemampuan mengungkapkan pikiran secara lisan memerlukan kemampuan penguasaan bahasa yang baik agar mudah dimengerti oleh orang lain dan membutuhkan pembawaan diri yang tepat.

Menurut (Wahyuni, 2014) Kecemasan berbicara didepan umum lebih banyak menggunakan metode diskusi kelompok dan presentasi. Akan tetapi, mahasiswa seringkali merasa cemas untuk mengungkapkan pikirannya secara lisan, baik pada saat diskusi kelompok, saat mengajukan pertanyaan pada dosen, ataupun ketika harus berbicara di depan kelas saat mempresentasikan tugas Sebagai calon sarjana, selain memiliki keahlian untuk mengungkapkan pikiran secara tertulis, mahasiswa juga diharapkan memiliki kemampuan untuk berbicara di depan orang lain dengan baik, serta memiliki pembawaan yang menunjukkan kepercayaan diri, kemampuan mengatur emosi, dan bahasa tubuh yang tidak kaku saat berbicara di depan orang banyak. Hal ini dikarenakan sebagai calon sarjana, mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan untuk berpikir kritis, berkomunikasi dengan baik secara verbal maupun non- verbal. Sesuai ketentuan yang tercantum dalam Standar Nasional Pendidikan Tinggi (SN DIKTI) yang diatur dalam peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 49 tahun 2014 bahwa Sarjana Srata 1 harus memiliki standar kompetensi minimal, yaitu lulusan yang mencakup sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang dinyatakan dalam rumusan capaian pembelajaran. Dengan demikian mahasiswa harus memiliki keterampilan dan kemampuan berbicara di depan umum karena kemampuan berbicara di depan umum adalah salah satu keterampilan yang harus dimiliki lulusan S1.

Keterampilan merupakan kemampuan melakukan unjuk kerja dengan menggunakan konsep, teori, metode, bahan, atau instrumen, yang diperoleh melalui pembelajaran, pengalaman kerja mahasiswa, penelitian atau pengabdian kepada masyarakat yang terkait pembelajaran. Keterampilan dibagi menjadi dua, yaitu keterampilan umum dan keterampilan khusus. Kemampuan berbicara di depan umum yang dimiliki oleh mahasiswa termasuk ke dalam keterampilan umum yang wajib dimiliki oleh setiap mahasiswa terlepas dari bidang program studi yang sedang ditempuhnya.

Perasaan cemas atau grogi saat mulai berbicara di depan umum adalah hal yang sering kali 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. Menurut Lazarus (dalam Mayangsari dkk, 2014) mengatakan bahwa kecemasan memberikan efek negatif bagi seseorang dikarenakan keadaan emosi yang kurang menyenangkan yang dialaminya. Dalam kondisi cemas, seseorang akan merasa ragu-ragu dalam bertindak, ada perasaan tidak tenang, was-was, curiga, dan sulit untuk melakukan tindakan aktifitasnya dengan baik sehingga keberhasilan sulit untuk di capai.

Sarafino & Smith (2010) mengatakan kecemasan adalah perasaan gelisah atau ketakutan yang samar samar yang sering melibatkan ancaman yang relatif tidak pasti atau tidak spesifik. Berbicara di depan umum, apalagi di hadapan audiens yang dianggap sebagai orang-orang 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.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan pada beberapa orang mahasiswa angkatan 2017 di Jurusan Psikologi tanggal 18 Februari 2022 diperoleh informasi bahwa, mereka mengalami kecemasan jika harus berbicara di depan kelas, terutama pada saat mempresentasikan makalah, mempresentasikan tugas sehingga materi yang sudah dikuasai tidak bisa disampaikan dengan baik. Mahasiswa juga mengungkapkan menjelang presentasi merasa berkeringat, jantung berdetak kencang, badan gemetar, merasa selalu dinilai oleh

UNIVERSITAS MEDAN AREA perbuatannya, takut jika nantinya ada pertanyaan dari audien.

Kondisi yang sama didapat dari hasil observasi yang pernah peneliti lihat pada saat mahasiswa stambuk 2017 masih aktif belajar secara tatap muka di dalam kelas. Dari observasi dapat ditemukan bahwa beberapa mahasiswa yang sedang melakukan presentasi tidak menatap audien atau forum, matanya selalutertuju pada lembaran makalah yang sedang dibaca, kesulitan untuk melanjutkan apa yang ingin dijelaskan, kata-kata yang telah disusun rapi untuk diutarakan banyak lupa untuk disampaikan, bingung dengan apa yang akan diucapkan sehingga sering mengulang kalimat yang sama sewaktu melakukan presentasi.

Menurut Santoso (Dalam Prakoso, 2014) kecemasan berbicara di depan umum bersifat subjektif, biasanya ditandai dengan gejala fisik dan gejala psikologis. Termasuk dalam gejala fisik yaitu tangan berkeringat, jantung berdetak lebih cepat, dan kaki gemeteran. Kemudian, yang termasuk gejala psikologis adalah takut akan melakukan kesalahan, tingkah laku yang tidak tenang dan tidak dapat berkonsentrasi dengan baik. Berkaitan dengan kecemasan pada pria dan wanita, Myers (dalam Gilas 2018) mengatakan bahwa perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibanding laki-laki. Laki-laki lebih aktif dan eksploratif, sedangkan perempuan lebih sensitif, Ia juga menunjukkan bahwa laki-laki lebih rileks dibanding perempuan.

Smith (dalam Gilas 2018) mengatakan bahwa perempuan lebih mudah dipengaruhi oleh tekanan-tekanan lingkungan dari pada laki-laki. Ia mengungkapkan perempuan lebih cemas, kurang sabar, dan mudah mengeluarkan air mata. Lebih jauh lagi, dalam berbagai studi kecemasan secara umum, menyatakan bahwa perempuan lebih cemas dari pada laki-laki (Maccoby dan Jacklin Dalam Gilas 2018). Leary (Dalam Gilas 2018) menyatakan bahwa perempuan memiliki skor yang lebih tinggi pada pengukuran ketakutan dalam situasi sosial dibanding laki-laki. Hal ini menunjukkan bahwa adanya ketidakseimbangan kecemasan antara laki-laki dan perempuan.

Kecemasan dapat timbul dari situasi apapun yang bersifat mengancam keberadaan individu. Rasa takut, cemas, dan tegang sering kali muncul kepada setiap mahasiswa, hal tersebut menjadi sesuatu hal yang dapat berakibat pada terhambatnya kreativitas seseorang selama berlangsungnya proses pembelajaran. Berdasarkan dari pengalaman peneliti saat masih belajar secara tatap muka, peneliti melihat bahwa perempuan lebih cepat cemas dibanding dengan laki-laki dikarenakan pada saat dikelas peneliti melihat perempuan yang ingin melakukan persentase di kelas terlihat lebih banyak menimbulkan gejala anxiety, contohnya seperti gemeteran, tubuh terasa lemas, sulit konsentrasi, dan bahkan insomnia. Yang terjadi terkait kecemasan berbicara di depan kelas pada mahasiswa stambuk 2017 pada kelas A2 saat berbicara di depan kelas mengalami stress kecil hingga stress besar, hal itu dapat terjadi dikarenakan kurangnya public speaking dan kurangnya persiapan mental dalam menghadapi kondisi kecemasan yang dialami memiliki pengaruh negatif pada diri seorang mahasiswa baik ketika masih duduk di bangku kuliah maupun ketika sudah lulus nanti. Salah satu metode yang sering digunakan dosen adalah diskusi, sehingga kemampuan berbicara di depan umum sangat dibutuhkan.

Kemampuan berbicara di depan umum sangat penting dimiliki oleh mahasiswa, bukan hanya untuk proses belajar mengajar selama di perkuliahan namun juga berguna saat mahasiswa memasuki dunia kerja sehingga saat memasuki dunia kerja mahasiswa tidak kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan kerja. Maka dari itu mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan berbicara di depan umum yang baik agar dapat menciptakan komunikasi yang baik. Berdasarkan dari uraian dan fenomena yang ada maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul kecemasan berbicara di depan umum ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa Fakultas Psikologi UMA Stambuk 2017.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan rasionalisasi pada bagian latar belakang, maka identifikasi masalah dari penelitian ini adalah dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa dapat dilihat fenomena kecemasan berbicara di depan kelas yang menjadi kendala bagi mahasiswa, yaitu saat melakukan presentasi di depan kelas mereka menunjukkan sikap kecemasan seperti rasa takut, gelisah, khawatir yang ditunjukkan dengan suara yang tidak jelas dan terbata-bata, kehabisan bahasa, keringat yang bercucuran, rona wajah yang berubah atau bahkan sikap tubuh yang tidak tenang.

C. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini peneliti membatasi masalah hanya pada kecemasan berbicara di depan umum ditinjau dari jenis kelamin. Kecemasan berbicara di depan umum adalah sebagai ketidakmampuan individu untuk mengembangkan percakapan yang bukan disebabkan oleh kurangnya pengetahuan akan tetapi karena adanya ketidakmampuan menyampaikan pesan secara sempurna, yang ditandai dengan adanya reaksi secara psikologis dan fisiologis. Peneliti juga membatasi masalah dengan ketentuan mahasiswa yang menjadi subjek penelitian adalah mahasiswa psikologi di Universitas Medan Area, stambuk 2017 kelas A1 dan A2 dengan populasi 165 mahasiswa dan sampel 65 responden.

D. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, “Adakah perbedaan kecemasan berbicara di depan umum ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kecemasan ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area Stambuk 2017.

F. Manfaat Penelitian

Melalui penelitian ini, penulis berharap dapat memberikan manfaat :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah untuk memperluas kajian yang berhubungan dengan perbedaan kecemasan berbicara di depan umum yang ditinjau dari jenis kelamin.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan informasi kepada mahasiswa khususnya mahasiswa yang mengalami kecemasan saat berbicara di depan umum baik dapat membantu mereka mengatasi kecemasan yang mereka rasakan saat berbicara di depan umum ilmu psikologi khususnya dalam bidang psikologi positif.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Mahasiswa

1. Pengertian Mahasiswa

Menurut Kamus Praktis Bahasa Indonesia, mahasiswa adalah mereka yang sedang belajar di perguruan tinggi (Taufik, 2010). Salim (dalam Spica, 2008) mengatakan bahwa mahasiswa adalah orang yang terdaftar dan menjalani pendidikan pada perguruan tinggi. Menurut Sarwono (2011) mahasiswa adalah setiap orang yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di perguruan tinggi dengan batas usia sekitar 18-25 tahun.

Mahasiswa secara harfiah adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, baik di universitas, institut atau akademi. Mereka yang terdaftar sebagai murid di perguruan tinggi otomatis dapat disebut sebagai mahasiswa (Takwin, 2008). Menurut Budiman (dalam Roro & Yeniar, 2018) mahasiswa adalah orang yang belajar di sekolah tingkat perguruan tinggi untuk mempersiapkan dirinya bagi suatu keahlian tingkat sarjana. Sementara itu menurut Daldiyono (dalam Roro & Yeniar, 2018) mahasiswa adalah seorang yang sudah lulus dari Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA) dan sedang menempuh pendidikan tinggi. Berdasarkan beberapa pendapat ahli diatas, peneliti menyimpulkan bahwa mahasiswa adalah orang yang sedang menjalani pendidikan tinggi di sebuah universitas atau perguruan tinggi.

Menurut Depdiknas (2008) mahasiswa adalah orang yang belajar diperguruan tinggi. Mahasiswa merupakan bagian dari masa remaja yang di dalam bahasa aslinya disebut *adolescene*, berasal dari bahasa latin *adolescene* (kata bendanya, *adolescencia* yang berarti remaja) yang artinya “tumbuh” untuk mencapai kematangan, istilah *adolescene*, seperti yang

dipergunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Hurlock, 2004).

Berdasarkan definisi di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar pada perguruan tinggi tertentu baik negeri maupun swasta yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di perguruan tinggi dengan batas usia sekitar 18-25 tahun.

2. Ciri-ciri Mahasiswa

Menurut Kartono (dalam Siregar, 2006) mahasiswa merupakan anggota masyarakat yang mempunyai ciri-ciri tertentu, antara lain:

- a. Mempunyai kemampuan dan kesempatan untuk belajar di perguruan tinggi, sehingga dapat digolongkan sebagai kaum intelektual.
- b. Yang karena kesempatan di atas diharapkan nantinya dapat bertindak sebagai pemimpin yang mampu dan terampil, baik sebagai pemimpin masyarakat ataupun dalam dunia kerja.
- c. Diharapkan dapat menjadi daya penggerak yang dinamis bagi proses modernisasi.
- d. Diharapkan dapat memasuki dunia kerja sebagai tenaga yang berkualitas dan profesional.

3. Peranan Mahasiswa

Mahasiswa sebagai agen perubahan sosial selalu dituntut untuk menunjukkan peranannya dalam kehidupan nyata. Menurut Siallagan (2011), ada tiga peranan penting dan mendasar bagi mahasiswa yaitu intelektual, moral, sosial.

- a. Peran intelektual Mahasiswa sebagai orang yang intelek, jenius, dan jeli harus bisa menjalankan hidupnya secara proporsional, sebagai seorang mahasiswa, anak, serta harapan masyarakat.

- b. Peran moral Mahasiswa sebagai seorang yang hidup di kampus yang dikenal bebas berekspresi, beraksi, berdiskusi, berspekulasi dan berorasi, harus bisa menunjukkan perilaku yang bermoral dalam setiap tindak tanduknya tanpa terkontaminasi dan terpengaruh oleh kondisi lingkungan.
- c. Peran sosial Mahasiswa sebagai seorang yang membawa perubahan harus selalu bersinergi, berpikir kritis dan bertindak konkret yang terbingkai dengan kerelaan dan keikhlasan untuk menjadi pelopor, penyampai aspirasi dan pelayan masyarakat.

B. Kecemasan Berbicara Di Depan Umum

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan (Anxiety), dalam psikologi didefinisikan sebagai perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut serta bersifat individual (Chaplin, 2008). Setiap individu mempunyai kecemasannya sendiri. Banyak hal yang dicemaskan oleh setiap individu, misalnya pada kesehatan, relasi sosial, ujian, karir, kondisi lingkungan adalah beberapa hal yang dapat menjadi sumber kecemasan seseorang. Hal tersebut dianggap normal apabila seorang individu sedikit cemas dengan aspek-aspek hidup tersebut. Daradjat 1969 menjelaskan kecemasan sebagai manifestasi dari berbagai proses yang bercampur baur, yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik). Menurut Nevid dkk (2005) kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

Sesuai dengan pernyataan tersebut Gunarsa (1996) mendefinisikan kecemasan adalah reaksi dari rasa takut terhadap atau didalam suatu situasi. Secara lebih jelas Gunarsa mengatakan bahwa kecemasan menunjukkan suatu kecenderungan untuk mempersepsikan

suatu situasi sebagai ancaman atau stressful (situasi yang menekan). Taylor (Dalam Amylia, 2014) mengatakan bahwa kecemasan ialah suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau adanya rasa aman. Yamsu Yusuf menyatakan anxiety (cemas) yaitu ketidakmampuan neurotic, merasa terganggu, tidak matang dan ketidakberdayaan dalam menghadapi kenyataan yang ada (lingkungan), kesulitan dan tekanan kehidupan sehari-hari.

Muchlas (dalam Ghufroon & Risnawita, 2011) mendefinisikan istilah kecemasan sebagai sesuatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental kesukaran dan tekanan yang menyertai konflik atau ancaman. Menurut Weinberg dan Gould (Dalam Rohmansyah, 2017) kecemasan merupakan sebuah perasaan negatif yang memiliki ciri gugup, rasa gelisah, ketakutan akan sesuatu yang akan terjadi, dan yang terjadi pergerakan atau kegairahan dalam tubuh. Kecemasan merupakan perasaan tidak berdaya, tekanan tanpa sebab yang jelas, kabur, atau samar-samar (Singgih D. Gunarsa, 1989). Sedangkan menurut Atkinson (1983) kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang-kadang kita alami dalam tingkat yang berbeda-beda. Sigmund Freud berpendapat bahwa kecemasan adalah kondisi yang tidak menyenangkan, bersifat emosional dan sangat terasa kekuatannya, disertai sebuah sensasi fisik yang memperingatkan seseorang terhadap bahaya yang sedang mendekat.

(Rakhmat, 2006) menyatakan kecemasan membuat individu merasa rendah diri, meremehkan diri sendiri, menganggap dirinya tidak menarik dan menganggap dirinya tidak menyenangkan untuk orang lain. Sarafino & Smith (2010) mengatakan kecemasan adalah perasaan gelisah atau ketakutan yang samar-samar yang sering melibatkan ancaman yang relatif tidak pasti atau tidak spesifik. Sarason dan Davidson (dalam Zulkarnain, 2009) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan bagian dari tiap pribadi manusia terutama jika individu dihadapkan pada situasi yang tidak jelas dan tidak menentu. Sebagian besar dari individu merasa cemas dan tegang jika menghadapi situasi yang mengancam atau stressor

Rogers (2018) menyatakan kecemasan dapat dilihat dari beberapa gejala yaitu, gejala fisik, gejala proses mental, gejala emosional. Individu yang mengalami kecemasan cenderung mengalami gangguan pada komponen fisik yang biasanya dirasakan jauh sebelum memulai pembicaraan, seperti detak jantung yang semakin cepat, kaki gemetar, gangguan tidur dan berkeringat. Komponen proses mental seperti kekacauan fikiran yang menyebabkan adanya kesulitan dalam konsentrasi dan kesulitan dalam mengingat. Kecemasan adalah kebingungan, kekhawatiran pada sesuatu yang akan terjadi dengan penyebab yang tidak jelas dan dihubungkan dengan perasaan tidak menentu dan tidak berdaya dan kecemasan tidak dapat dihindarkan dalam kehidupan sehari-hari.

Daradjat (2001) mengatakan tanda atau gejala kecemasan ada dua yaitu yang bersifat fisik dan psikologis atau mental. Gejala fisik seperti jemari dingin, gangguan pencernaan, jantung berdebar cepat, keringat berlebih, gangguan tidur, kehilangan nafsu makan, pening, dan nafas tidak teratur. Sementara gejala mental seperti ketakutan, merasa akan tertimpa musibah, susah berkonsentrasi, pesimis, tidak merasa percaya diri, gelisah, ingin melarikan diri dari kenyataan hidup. Penelitian yang dilakukan oleh Rahayu, Ardani, & Sulistyaningsih (2004) menunjukkan bahwa semakin seseorang berpola pikir positif maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum, sebaliknya semakin seseorang berpola pikir negatif maka akan semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum.

Berdasarkan dari beberapa pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum adalah perasaan khawatir, takut, gelisah, yang bersifat subjektif yang dirasakan oleh individu sebagai akibat dari situasi yang mengancam dan dalam intensitas yang berbeda-beda.

2. Pengertian Kecemasan Berbicara Di Depan Umum

Kecemasan berbicara di depan umum menjadi salah satu permasalahan yang kompleks dan banyak dikeluhkan oleh beberapa mahasiswa, karena beberapa orang yang mengalami kecemasan di depan umum secara tidak langsung dapat memberikan dampak negatif bagi siswa itu seperti dapat berpengaruh pada prestasi belajar dan tidak menutup kemungkinan akan menjadi sebuah kebiasaan dimasa depan. Kecemasan berbicara yang dialami pembicara berpengaruh terhadap proses pesan yang disampaikan. Menurut Muslimin, kecemasan berbicara merujuk padarasa malu, keengganan berkomunikasi, ketakutan berbicara di depan umum, dan sikap pendiam dalam interaksi komunikasi. Kecemasan berbicara pada mahasiswa saat berbicara di depan umum banyak dialami dalam situasi tertentu. Kecemasan berbicara yang semakin meningkat dapat menghambat komunikasi antar kelompok.

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.

Rogers (2004) meyakini bahwa yang sangat berpengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum adalah pola pikir yang keliru. Seseorang yang hendak berbicara di depan umum berpikir bahwa dirinya sedang “diadili”, merasa bahwa penampilan dan gerak-gerik dan ucapannya sedang menjadi perhatian banyak orang. Sedangkan Philips (dalam

Ririn, 2013) menyebut kecemasan berbicara di depan umum dengan istilah *reticence*, yaitu ketidakmampuan individu untuk mengembangkan percakapan yang bukan disebabkan oleh kurangnya pengetahuan akan tetapi karena adanya ketidakmampuan menyampaikan pesan secara sempurna, yang ditandai dengan adanya reaksi secara psikologis dan fisiologis. Utami & Prawitasari (1991) dalam penelitiannya mendapatkan hasil bahwa pada umumnya kecemasan berbicara di muka umum bukan disebabkan oleh ketidakmampuan individu, tapi sering disebabkan oleh pikiran-pikiran negatif yang tidak rasional. Dwyer (dalam Wibawanti dkk, 2018) menyatakan bahwa jika penyebab dari kecemasan berbicara di depan umum adalah keterbatasan pengetahuan tentang komunikasi efektif maka yang perlu diberikan adalah pelatihan berbicara di depan umum yang efektif.

Kecemasan berbicara di depan umum juga termasuk dalam kategori kecemasan sosial. Kecemasan sosial adalah perasaan tak nyaman dalam kehadiran individu-individu lain, yang selalu disertai oleh perasaan malu yang ditandai dengan kejanggan/kekakuan, hambatan dan kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial Hudaniah (Dalam Dewi, 2006). Ketika mengalami kecemasan individu-individu biasanya tidak mengalami ketegangan yang subyektif (*subjective tension*) tetapi berperilaku (*overt behavior*) dalam cara-cara yang mengganggu interaksi sosial. Ketika gugup (*nervous*), individu mungkin menunjukkan secara terbuka indikasi-indikasi dari *inner arousal* mereka (misalnya gemetar, gelisah), menghindari individu lain, dan gangguan pada perilaku-perilaku lain yang terus-menerus (misalnya tidak lancar berbicara, kesulitan konsentrasi). Sehingga berakibat, kecemasan adalah suatu kekurangan dalam hubungan sosial, karena individu yang gugup (*nervous*) dan terhambat mungkin menjadi kurang efektif secara sosial. Bahkan menurut Semiun (2006) orang yang mengalami kecemasan berbicara nantinya akan mengalami susah tidur, mudah marah, dan depresi.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum adalah emosi yang tidak menyenangkan, yang dapat menimbulkan ketakutan ketika harus berbicara, berceramah, atau menyampaikan pendapatnya di muka umum, baik secara individual maupun kelompok, yang ditunjukkan dengan adanya ketidakmampuan menyampaikan pesan secara sempurna (reaksi psikologis), fisiologis, dan reaksi perilaku secara umum.

3. Aspek-aspek Kecemasan Berbicara Di Depan Umum

Aspek-aspek kecemasan berbicara di depan umum dalam penelitian ini menggunakan komponen kecemasan berbicara di depan umum menurut Roger (2005) yang terbagi dalam tiga komponen kecemasan berbicara di depan umum yaitu:

- a. Komponen fisik yaitu reaksi tubuh terhadap adanya kecemasan yang muncul dapat mendorong timbulnya gerakan-gerakan pada bagian tubuh tertentu. Gerakan yang terjadi sebgaiian besar merupakan hasil kerja system syaraf otonom yang mengontrol berbagai otot dan kelenjar tubuh. Contoh: berkeringat adalah reaksi tubuh untuk melakukan pendinginan.
- b. Komponen proses mental yaitu proses mental yang memicu kekhawatiran individu terhadap konsekuensi yang mungkin akan dialami atau pengharapan dan anggapan yang negatif tentang diri sendiri. Contoh: sulit untuk mengingat kata adalah kesulitan untuk *recall* (memanggil ulang) kata-kata yang tersimpan di otak dengan waktu yang singkat.
- c. Komponen emosional yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan persepsi individu terhadap psikologis dari kecemasan. Contoh: munculnya perasaan tidak mampu adalah perasaan tidak percaya dan tidak yakin akan kemampuan serta potensi yang dimiliki.

Semiun (2006) menyebutkan ada empat aspek yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum yaitu:

a. Aspek suasana hati

Aspek-aspek suasana hati dalam gangguan kecemasan adalah kecemasan, tegang, panik dan kekhawatiran, individu yang mengalami kecemasan memiliki perasaan akan adanya hukuman atau bencana yang akan mengancam dari sumber tertentu yang tidak diketahui. aspek-aspek suasana hati yang lainnya adalah depresi dan sifat mudah marah.

b. Aspek kognitif

Aspek-aspek kognitif dalam gangguan kecemasan menunjukkan kekhawatiran dan keprihatinan mengenai bencana yang diantisipasi oleh individu misalnya seseorang individu yang takut berada ditengah khayak ramai (agorapho) menghabiskan banyak waktu untuk khawatir mengenai hal hal yang tidak menyenangkan (mengerikan) yang mungkin terjadi dan kemudian dia merencanakan bagaimana dia harus menghindari hal-hal tersebut.

c. Aspek somatik

Aspek-aspek somatik dari kecemasan dapat dibagi menjadi dua kelompok yaitu pertama adalah Aspek-aspek langsung yang terdiri dari keringat, mulut kering, bernapas pendek, denyut nadi cepat, tekanan darah meningkat, kepala terasa berdenyut-denyut, dan otot terasa tegang. Kedua apabila kecemasan berkepanjangan, Aspek-aspek tambah seperti tekanan darah meningkat secara kronis, sakit kepala, dan gangguan usus (kesulitan dalam pencernaan, dan rasa nyeri pada perut) dapat terjadi.

d. Aspek motorik

Orang-orang yang cemas sering merasa tidak tenang, gugup, kegiatan motorik menjadi tanpa arti dan tujuan, misalnya jari-jari kaki mengetuk-menetuk, dan sangat kaget terhadap suara yang terjadi secara tiba-tiba. Aspek aspek motor ini merupakan gambaran rancangan kognitif dan somatik yang tinggi pada individu dan merupakan usaha untuk melindungi diri dari apa saja yang dirasanya

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecemasan berbicara di depan umum yaitu: suasana hati, kognitif, somatik, dan motorik. Peneliti menggunakan komponen kecemasan berbicara di depan umum menurut Semiun (2006) sebagai indikator dari kecemasan berbicara di depan umum karena komponen tersebut lebih spesifik dalam mengungkap kecemasan yang terjadi ketika berbicara di depan umum.

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum

Pengalaman masa lalu individu dapat menjadi sumber kecemasan sewaktu berbicara di depan umum. Adler dan Rodman (1991) menyebutkan dua faktor penyebab kecemasan berbicara di depan umum, yaitu pengalaman negatif di masa lalu dan pikiran tidak rasional.

- a. Pengalaman negatif masa lalu pada saat berbicara di depan umum dapat memunculkan kecemasan kembali, jika individu harus melakukan hal yang sama di kemudian hari. Misal, sering diejek di depan kelas oleh guru dan teman-temannya merupakan pengalaman yang dapat menjadikan kecemasan berbicara di depan umum.
- b. Pikiran tidak rasional. Kecemasan berbicara di depan umum muncul bukan karena peristiwa tersebut yang menjadikan cemas, melainkan kepercayaan dan keyakinan diri menjadi sumber kecemasan.

Rogers (2004) meyakini bahwa yang sangat berpengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum adalah pola pikir yang keliru. Seseorang yang hendak berbicara di

depan umum berpikir bahwa dirinya sedang “diadili”, merasa bahwa penampilan dan gerak-gerik dan ucapannya sedang menjadi perhatian banyak orang.

Sama halnya dengan pendapat Rahayu, dkk (2004) yang menyatakan bahwa kecemasan berbicara di depan umum bukan disebabkan oleh ketidakmampuan individu, tetapi disebabkan pola pikiran-pikirannya yang negatif dan tidak rasional. Hasil penelitiannya yang dilakukan pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Malang juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola pikir positif dengan kecemasan berbicara di depan umum. Maksudnya semakin tinggi pola pikir positif seseorang maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum, sebaliknya semakin rendah pola pikir positifnya maka semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum. LeDuox, Grainger (dalam Zulkifli, 2012) menyatakan bahwa faktor yang memengaruhi kecemasan yaitu : *Pertama*, faktor eksternal yaitu faktor lingkungan seperti tuntutan dirumah, sekolah, atau masyarakat. *Kedua*, faktor internal, yaitu faktor yang berkaitan dengan diri individu itu sendiri, termasuk sikap dan ciri kepribadian, misalnya seseorang yang memiliki pikiran-pikiran negatif, penilaian yang tidak realistis, atau karena pengalaman yang tidak menyenangkan.

Devito (Dalam Prakoso, 2014) yang menyatakan kecemasan berbicara dimuka umum dapat terjadi selain karena individu memiliki pola pikir negatif sehingga komunikasi yang dilakukan memberikan hasil negatif. Beberapa faktor yang dapat menimbulkan kecemasan atau hambatan pada individu untuk berbicara di depan umum antara lain:

a. Kurangnya Keahlian dan Pengalaman

Seseorang yang mempunyai sedikit pengalaman dan keterampilan atausama sekalai tidak mempunyai pengalaman dan keterampilan dalam menghadapi situasi berbicara di depan

umum, maka akan lebih besar kemungkinannya untuk mengalami kecemasan ketika dihadapkan pada situasi berbicara di depan umum dari pada orang yang sudah berpengalaman dan mempunyai keterampilan yang berkaitan dengan berbicara di depan umum.

b. Tingkat Evaluasi

Apabila seseorang mengetahui atau menganggap bahwa dirinya akan dievaluasi ketika sedang berbicara di depan umum, maka akan semakin besar kecemasan yang terjadi.

c. Status Lebih Rendah

Ketika seseorang merasa bahwa orang lain adalah komunikator yang lebih baik atau tahu lebih banyak dari pada dirinya dalam hal berkomunikasi di depan umum, maka kecemasan yang muncul pada diri orang tersebut akan lebih besar.

d. Tingkat Kemungkinan Menjadi Pusat Perhatian

Semakin seseorang merasa dirinya sebagai pusat perhatian, maka akan semakin besar kemungkinan orang tersebut merasa cemas. Berbicara di depan umum jauh lebih mencemaskan dari pada berbicara di dalam kelompok kecil. Ketika berbicara di depan umum, seseorang secara otomatis akan menjadi pusat perhatian.

e. Tingkat Kemungkinan

Terprediksi Situasi Semakin suatu situasi tidak dapat diprediksi, maka semakin besar kemungkinan munculnya kecemasan berbicara di depan umum. Terlebih apabila berada dalam situasi baru yang membingungkan dan tidak dapat diprediksi sebelumnya, maka akan semakin besar pula kemungkinan timbulnya kecemasan berbicara di depan umum.

f. Tingkat Perbedaan

Ketika seseorang merasa berbeda dengan pendengar atau komunikan, maka dapat menyebabkan orang tersebut merasa cemas. Semakin besar perbedaan yang dirasakan seseorang atau komunikator dengan parakomunikan, maka akan semakin besar pula kemungkinan seseorang mengalami kecemasan.

g. Sukses dan Gagal Sebelumnya

Sukses yang dirasakan seseorang sebelumnya pada saat berbicara didepan umum dapat menurunkan tingkat kecemasan ketika ia berbicara didepan umum pada kesempatan berikutnya. Demikian pula sebaliknya, kegagalan berbicara didepan umum sebelumnya dapat dianggap sebagai peringatan bahwa kemungkinan akan mengalami kegagalan dalam situasi selanjutnya. Selain faktor-faktor di atas, perbedaan jenis kelamin juga telah menjadi fokus dalam beberapa penelitian mengenai kecemasan berbicara di depan umum.

Elliot dan Chong (2004) menyebutkan bahwa perbedaan jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum dimana wanita memiliki tingkat kecemasan berbicara yang lebih tinggi dibandingkan dengan pria. Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum antara lain adalah pola pikir yang keliru, pengalaman individu, citra diri individu, jenis kelamin, dan keyakinan dan kepercayaan diri seseorang.

C. Jenis Kelamin

1. Pengertian Jenis Kelamin

Menurut Faqih pengertian jenis kelamin merupakan pensifatan atau pembagian dua jenis kelamin manusia yang ditentukan secara biologis yang melekat pada jenis kelamin tertentu (Mansour Fakih, 2010). Artinya secara biologis alat-alat yang melekat pada perempuan seperti alat reproduksi, rahim, vagina, alat menyusui dan laki-laki seperti penis, kala menjing, dan alat untuk memproduksi sperma tidak dapat dipertukarkan. Secara permanen tidak berubah dan merupakan alat ketentuan biologis atau sering dikatakan sebagai ketentuan Tuhan atau kodrat. Secara biologis, laki-laki dan perempuan tidak saja dibedakan oleh identitas jenis kelamin, bentuk dan anatomi biologis lainnya, melainkan juga komposisi kimia dalam tubuh yang menimbulkan akibat-akibat fisik biologis seperti laki-laki mempunyai suara besar, berkumis, berjenggot, pinggul lebih ramping, dada yang datar. Sedangkan perempuan mempunyai suara yang lebih bening, dada menonjol, pinggul umumnya lebih lebar, dan organ reproduksi yang amat berbeda dengan laki-laki (Handayani, 2006).

Menurut Hungu (2007) Jenis kelamin adalah perbedaan antara perempuan dengan laki-laki secara biologis sejak seseorang lahir. Jenis kelamin berkaitan dengan tubuh laki-laki dan perempuan, dimana laki-laki memproduksi sperma, sementara perempuan menghasilkan sel telur dan secara biologis mampu untuk menstruasi, hamil dan menyusui. Perbedaan biologis dan fungsi biologis laki-laki dan perempuan tidak dapat dipertukarkan diantara keduanya, dan fungsinya tetap dengan laki-laki dan perempuan pada segala ras yang ada di muka bumi. Pada masa pertumbuhan fisik laki – laki dan perempuan berlangsung sangat pesat. Dalam perkembangan seksualitas, ditandai dengan dua ciri-ciri seks primer dan ciri-ciri seks sekunder. Berikut ini adalah uraian lebih lanjut mengenai kedua hal tersebut.

D. Perbedaan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Ditinjau Dari Jenis Kelamin

Mahasiswa Fakultas Psikologi dituntut untuk memiliki kemampuan berbicara didepan umum. Selain mengungkapkan pikirannya secara tertulis, kemampuan mengungkapkan secara lisan juga menjadi hal yang penting. Kemampuan mahasiswa berbicara didepan umum lebih banyak menggunakan metode diskusi kelompok dan presentasi. Akan tetapi mahasiswa sering sekali untuk mengungkapkan pikirannya secara lisan, baik pada saat diskusi kelompok, saat mengajukan pertanyaan kepada dosen, ataupun ketika mempresentasikan tugasnya didepan kelas.

Sebagai mahasiswa, individu diharapkan dapat menjadi sumber daya manusia yang mempunyai intelektual yang tinggi, terampil, berpengetahuan, kreatif, serta menjadi tumpuan harapan dalam bersaing menghadapi era globalisasi yang semakin canggih ini. Individu tersebut juga diharapkan menghasilkan ide serta gagasannya untuk mengisi pembangunan yang nyata. Selain itu, seorang mahasiswa juga sangat di harapkan dapat menjadi pembicara, pendengar, dan pelaku media yang kompeten dalam berbagai situasi lingkungan, seperti di dalam kelas, di tempat kerja maupun sebagai anggota masyarakat. Oleh karena itu, untuk mengungkapkan ide serta gagasan tersebut, dibutuhkan kemampuan berbicara di depan umum pada diri mahasiswa. Setiap individu, khususnya para remaja, tidak pernah lepas dari berbagai permasalahan yang melingkupinya dan kadang-kadang sulit untuk diatasi, sehingga hal tersebut dapat menyebabkan perasaan cemas dan gelisah. Oleh karena itu, kecemasan sering kali menghinggap ke dalam diri manusia. Kecemasan adalah sesuatu yang menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Kecemasan merupakan suatu reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang, namun hal itu berlangsung dalam kurun waktu yang tidak lama.

Menurut Chaplin (Dalam Sabalurien, 2018) berpendapat bahwa kecemasan menyertai disetiap kehidupan manusia terutama bila dihadapkan pada hal-hal yang baru maupun adanya sebuah konflik. Sebenarnya kecemasan merupakan suatu kondisi yang dialami oleh hampir semua orang, hanya saja tarafnya yang berbeda-beda. Kecemasan merupakan perasaantakut dan keprihatinan mengenai

masa-masa yang akan datang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut. Kemampuan dalam berbicara pada dasarnya memang harus dikembangkan dan ditingkatkan dengan baik karena dari proses berbicara lisan ini menjadi dasar kemampuan pertama yang paling umum dipakai dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam bidang pendidikan dan akan menjadi masalah besar apabila individu tidak memiliki kemampuan dalam berbicara di depan umum. Ketidakmampuan dalam berbicara di depan umum tersebut tentunya akan sangat mengganggu dan membuat individu khususnya siswa merasa sulit untuk menjalani semua aktivitas dan kegiatannya dalam dunia pendidikan.

Menurut Safaria & Saputra (2009) kecemasan yang dialami individu juga dapat menunjukkan beberapa reaksi di antaranya: Reaksi emosional, yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan persepsi individu terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan, seperti perasaan keprihatinan, ketegangan, sedih, mencela diri sendiri atau orang lain. Reaksi kognitif, yaitu ketakutan dan kekhawatiran yang berpengaruh terhadap kemampuan berfikir jernih sehingga mengganggu dalam memecahkan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungan sekitarnya. Reaksi fisiologis, yaitu reaksi yang ditampilkan oleh tubuh terhadap sumber ketakutan dan kekhawatiran. Reaksi ini berkaitan dengan sistem syaraf yang mengendalikan berbagai otot dan kelenjar tubuh sehingga timbul reaksi dalam bentuk jantung berdetak lebih keras, nafas bergerak lebih cepat dan tekanan darah meningkat. Berdiri dan berbicara di depan banyak orang memang bukanlah suatu hal yang mudah. Apalagi seorang mahasiswa yang belum terampil untuk berbicara di depan umum maka tidak jarang dari mereka akan merasa cemas. Jika kecemasan saat berbicara di depan umum terus ada maka tentunya hal ini akan berdampak dalam kehidupan yang di mana kecemasan dan kekhawatiran dengan intensitas yang sangat kuat akan bersifat negatif karena dapat menimbulkan gangguan baik secara fisik maupun secara psikis.

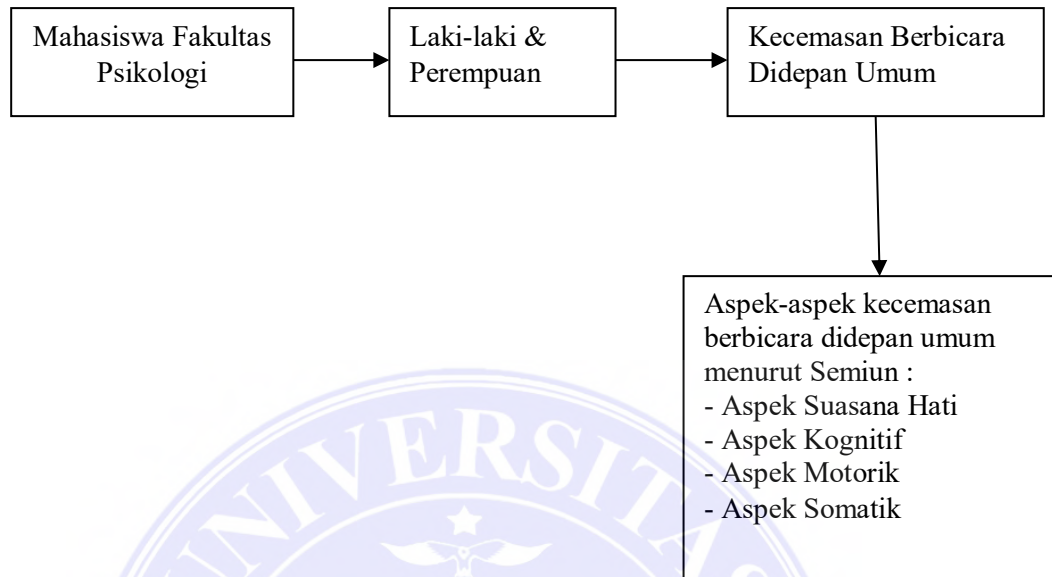
Berkaitan dengan kecemasan pada pria dan wanita, Myers (1983) mengatakan bahwa perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibanding dengan laki-laki. Laki-laki lebih aktif, eksploratif, sedangkan perempuan lebih sensitif. Elliot dan Chong (2004) menyebutkan bahwa perbedaan jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum dimana wanita memiliki tingkat

UNIVERSITAS MEDAN AREA
Kecemasan Berbicara di Depan Umum disebabkan oleh faktor predisposisi kecemasan yaitu faktor genetik.

Menurut Priest (1990) wanita lebih sering mengalami kecemasan. Data statistik menunjukkan bahwa sekitar dua orang wanita berbanding satu pria yang mengalami kondisi semacam ini. Wanita lebih banyak mengungkapkan keadaan dirinya. Sesuatu yang ia rasakan juga tentang rasa kecemasan atau rasa tertekan. Sedangkan laki-laki cenderung menolak bahwa ia menderita hal-hal tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa adanya ketidakseimbangan kecemasan antara laki-laki dengan perempuan.



E. KerangkaKonseptual



Gambar 1. Kerangka konseptual

F. Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini adalah berdasarkan dari teori-teori yang dikemukakan, maka hipotesis dalam penelitian ini adanya perbedaan kecemasan berbicara di depan umum ditinjau dari jenis kelamin yang diasumsikan bahwa wanita lebih cemas dibandingkan laki-laki.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Penelitian ini merupakan bentuk penelitian kuantitatif korelasional yaitu, penelitian yang bertujuan untuk menyelidiki sejauh mana variasi pada suatu variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain berdasarkan koefisien korelasi (Azwar 2015). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kecemasan berbicara di depan umum yang ditinjau dari jenis kelamin.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Variabel penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat, yaitu:

Variabel Bebas (X) :Jenis Kelamin

Variabel Terikat (Y) : Kecemasan Berbicara di Depan Umum

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi oprasional merupakan definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik yang dapat diamati (Azwar, 2015). Berikut ini definisi oprasional variabel dalam penelitian ini :

1. Kecemasan berbicara di depan umum adalah emosi yang tidak menyenangkan, yang dapat menimbulkan ketakutan ketika harus berbicara, berceramah, atau menyampaikan pendapatnya di muka umum. Berdasarkan pengertian diatas terdapat aspek-aspek kecemasan

berbicara di depan umum menurut (Semiun 2006) yaitu Aspek Suasana Hati, Aspek Kognitif, Aspek Somatik, dan Aspek Motorik.

2. Menurut Hungu (2007) Jenis kelamin adalah perbedaan antara perempuan dengan laki-laki secara biologis sejak seseorang lahir. Perbedaan biologis dan fungsi biologis laki-laki dan perempuan tidak dapat dipertukarkan diantara keduanya, dan fungsinya tetap dengan laki-laki dan perempuan pada segala ras yang ada di muka bumi. Jenis kelamin ialah salah satu faktor kecemasan berbicara didepan umum yang menjadi peranan penting perbedaan kecemasan berbicara didepan umum laki-laki dan perempuan.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi dibatasi sebagai jumlah individu yang paling sedikit memiliki sifat yang sama (Hadi, 2000). Dalam penelitian ini yang menjadi populasi penelitian adalah 165 mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area stambuk 2017 kelas A1 dan A2 kampus 1.

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian dari populasi yang digunakan dalam penelitian dan dapat mewakili populasi tersebut (Yusuf, 2014). Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2012). Dalam penelitian ini, jumlah sampel yang digunakan adalah 65 Mahasiswa dengan 25 orang responden laki-laki dan 40 orang responden wanita. Masing-masing dari mereka ialah responden dari kelas A1 dan A2 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Kampus 1.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah accidental sampling. Metode ini merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok atau sesuai kriteria sebagai sumber data (Sugiyono, 2013). Kriteria sampel dalam penelitian ini yaitu : Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area 2017. Arikunto (2010) mengatakan sebuah penelitian tidak hanya ditentukan oleh besar kecilnya sampel, tetapi oleh kokohnya dasar-dasar teori yang dipergunakan dan mutu pelaksanaannya. Penelitian dengan sampel yang besar tidak dengan sendirinya lebih baik dari penelitian dengan sampel yang kecil.

E. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah metode kuesioner (angket), merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Untuk memperoleh data dalam penelitian ini peneliti akan dengan membuat skala psikologi. Skala psikologi adalah sejumlah daftar pertanyaan atau pernyataan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur melainkan mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan (Azwar 2010).

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata validity yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukuran (tes) dalam melakukan fungsi ukurnya (Azwar, 2012). Suatu tes dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila tes tersebut

menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat sesuai dengan maksud dikenakannya tes tersebut. Adapun validitas yang akan digunakan adalah validitas isi yang diestimasi melalui pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional dari Professional Judgment. Dalam penelitian ini, peneliti akan meminta pendapat dari dosen pembimbing.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas diterjemahkan dari kata reliability. Reliabilitas adalah tingkat kepercayaan hasil suatu pengukuran. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi maksudnya adalah pengukuran yang dapat menghasilkan data yang reliabel. Reliabel maksudnya sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Reliabilitas suatu alat dapat diketahui jika alat tersebut mampu menunjukkan sejauh mana pengukurannya dapat memberikan hasil yang relative sama bila dilakukan pengukuran kembali pada objek yang sama. Tinggi rendahnya reliabilitas secara empirik ditunjukkan oleh suatu angka yang disebut koefisien reliabilitas. Semakin tinggi koefisien korelasi antara hasil ukur dari dua alat yang paralel berarti konsistensi antara keduanya semakin baik. Biasanya koefisien reliabilitas berkisar antara 0 sampai 1,00, jika koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendahnya reliabilitas (Azwar, 2012). Uji reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan komputersasi SPSS (Statistical Product and Service Solution).

Dalam menghitung reliabilitas instrumen, peneliti menggunakan rumus Cronbach's Alpha dengan rumus sebagai berikut:

$$r = \frac{\sum r_{ij}}{n-1} \left(\frac{n}{n-1} \right)$$

Keterangan:

- α = Koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha
- n = Banyak item
- $\sum x_i^2$ = Jumlah varian butir
- $\sum x_i^2$ = Varians total

Tinggi rendahnya reliabilitas ditentukan oleh suatu angka yang disebut koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya (dalam Azwar, 2010).

G. Metode Analisis Data

Metode analisis data yang akan digunakan adalah metode statistik karena metode ini merupakan metode ilmiah untuk mengumpulkan, menyusun, menyajikan serta menganalisis data penelitian yang berwujud angka dan metode statistik dapat memberikan hasil yang objektif. Seluruh komputasi dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan program komputer SPSS versi 17.0 Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji Anova 1 Jalur.

$$a. (JK_t) = \frac{\sum X^2 - (\sum X)^2}{N}$$

Dimana $\frac{(\sum X)^2}{N}$ disebut juga dengan suku koreksi (sk) atau correction (c)

$$b. JK_a = \frac{(\sum X_1)^2}{n_1} + \frac{(\sum X_2)^2}{n_2} + \frac{(\sum X_k)^2}{n_k} - sk$$

$$c. JK_d = JK_1 - JK_3$$

1. Menghitung derajat kebebasan (degree of freedom) total (db_t), antar kelompok (db_a), dan dalam kelompok (db_d), dengan rumus :

$$a. db_t = N - 1$$

$$b. db_a = K - 1$$

c. $db_d = N - k$

Dimana N = jumlah subyek, K = jumlah kelompok data.

2. Menghitung rata-rata kuadrat (mean of squares) antar kelompok (Rk_a), dan dalam kelompok (Rk_d), dengan rumus :

a. $Rk_a = \frac{Jk_a}{db_a}$

b. $Rk_d = \frac{Jk_d}{db_d}$

3. Menghitung nisbah atau rasio F dengan rumus :

$$F = \frac{Rk_a}{Rk_d}$$

4. Menghitung interpretasi dan uji signifikan pada rasio F yang diperoleh dengan membandingkannya dengan harga F teoritik yang terdapat dalam tabel nilai-nilai F. Rasio F yang diperoleh disebut F empirik (F_e) sedangkan harga F yang terdapat dalam tabel disebut dengan F teoritik (F_t). Apabila $F_e \geq F_t$ maka diinterpretasikan signifikan yang berarti terdapat perbedaan, dan apabila $F_e < F_t$ maka diinterpretasikan tidak signifikan yang berarti tidak terdapat perbedaan diantara kategori data yang diteliti. Sedangkan prosedur untuk melihat tabel nilai F adalah dengan menggunakan db_a sebagai pembilang dan db_d sebagai penyebut.

BAB V

KESIMPULAN

Bab ini menjelaskan kesimpulan serta saran mengenai hasil yang didapat dari penelitian ini. Diawal dijelaskan temuan serta kesimpulan dari hasil penelitian ini dan pada bagian selanjutnya akan mengemukakan ide-ide yang dapat diaplikasikan oleh pihak terkait.

A. Kesimpulan

Berlandaskan pada hasil analisis pembahasan, peneliti dapat menarik kesimpulan seperti dibawah ini :

1. Ada perbedaan antara kecemasan berbicara didepan umum laki-laki dan perempuan. Hal ini dapat dilihat bahwa hasil Empirik Perempuan sebesar 81,05 sedangkan laki-laki sebesar 69,48.
2. Tingkat kecemasan mahasiswa berbicara didepan umum angkatan 2017 pada kampus 1 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area sedang. Hal ini tampak dari hasil perolehan kategorisasi yang menunjukkan bahwa perempuan lebih cemas dibanding laki-laki.
3. Kecemasan Berbicara Perempuan berada dalam kategori sedang mengarah ke tinggi karena nilai mean empirik berada di atas mean hipotetik, begitu juga Kecemasan Berbicara Laki-laki sedang mengarah ke rendah karena nilai mean empirik berada di bawah mean hipotetik.

B. Saran

Bersumber pada hasil penelitian serta kesimpulan yang telah diperoleh, berikut poin-poin yang bisa dijadikan saran:

1. Bagi Mahasiswa Universitas Medan Area

Dari hasil penelitian ini diharapkan agar mahasiswa menambah wawasan terkait kecemasan berbicara didepan umum yang dimiliki mahasiswa agar mampu menghadapi masalah-masalah yang akan menimbulkan stres ataupun kecemasan dalam berbicara didepan umum.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai data awal untuk melakukan penelitian lebih lanjut dan disarankan kepada institusi pendidikan untuk membuat seminar mengenai kecemasan mahasiswa dalam berkomunikasi didepan umum ataupun juga membuat forum diskusi untuk melatih kemampuan komunikasi mahasiswa yang mengalami kecemasan berbicara didepan umum.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi para peneliti selanjutnya diharapkan bisa memperhatikan aspek-aspek lain mengenai kecemasan berbicara didepan umum yang diukur dalam penelitian ini selain aspek suasana hati, aspek kognitif, aspek motorik, dan aspek somatik. Selain itu, peneliti selanjutnya agar lebih memperhatikan dan mengontrol prosedural dalam pembuatan serta penyebaran alat ukur agar dapat diperoleh hasil yang maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Amylia. Y. & Surjaningrum. R. E. (2014). Hubungan antara Self Efficacy dengan Kecemasan pada Remaja yang Putus Sekolah. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. Vol. 3, No 2: 60-66
- Anwar, I.D.A. 2010. *Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara*. (Online). Skripsi. Fpsi, USU.
- Azwar, S. 2012. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Arikunto, S. 2010. *Manajemen Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Atikison, L. Rita, dkk. 1983. *Pengantar psikologi*. Jakarta: Erlangga
- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. (terjemahan Kartini Kartono). Jakarta: Grafindo Persada
- Chaplin. J.P. (2008). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Darajdat, Z. (1969). *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung
- Depdiknas. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Dewi, Ajeng Prasetya. 2006. *Hubungan Antara Pola Pikir dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Keguruan*. Skripsi
- Dwiandini. R. P. & Indriani. Y. (2018). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL SIGNIFICANT OTHERS DENGAN PRESTASI AKADEMIK PADA MAHASISWA RANTAU ANGGOTA HIMPUNAN-HIMPUNAN DAERAH SUMATERA DI UNIVERSITAS DIPONEGORO SEMARANG. *Jurnal Empati*. Vol.7, No. 1: 84-91
- Ghufron, M. Nur., Rini. (2011). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Gilas, L.G. 2018. *Tingkat Kecemasan Ditinjau Dari Jenis Kelamin Dan Jenis Olahraga Pada Atlet Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Unit Olahraga*. Skripsi. Program Sarjana Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
- Greenberger, D., dan Padesky, 2004, *Manajemen Pikiran: Metode Ampuh Menata Pikiran Untuk Mengatasi Depresi, Kemarahan, Kecemasan, dan Perasaan Merusak Lainnya*, Terj. Bambang Margono, dari *Mind Over Mood; Change How you Feel by Changing the way You Think*, Bandung: PT Mizan Pustaka
- Hadi, S. (2000). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.

[Http://repository.uin-suska.ac.id/6778/3/BAB%20II.pdf](http://repository.uin-suska.ac.id/6778/3/BAB%20II.pdf). Diakses tanggal 02 Oktober 2020

[Http://repository.uma.ac.id/bitstream/123456789/2050/5/108600142_file5.pdf](http://repository.uma.ac.id/bitstream/123456789/2050/5/108600142_file5.pdf). Diakses tanggal 29 September 2020

[Http://eprints.walisongo.ac.id/3462/3/101111035_Bab2.pdf](http://eprints.walisongo.ac.id/3462/3/101111035_Bab2.pdf). Diakses tanggal 29 September 2020

http://eprints.walisongo.ac.id/7517/3/135112013_bab2.pdf. Diakses tanggal 01 Oktober 2020

Hungu.2007. Demografi Kesehatan Indonesia. Jakarta : Grasindo.

Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Alih bahasa oleh Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.

Mayangsari, E. D, dan Ranakusuma, O.I. (2014). Hubungan Regulasi Emosi dan Kecemasan Pada Petugas Penyidik Polri dan Penyidik PNS. Fakultas Psikologi Universitas YARSI. Jurnal Psikogenesis, Volume 3, No.1, Desember 2014

M Nisfiannoor, Y Kartika - Jurnal Psikologi, 2004 - digilib.esaunggul.ac.id

Nevid, J.S., Rathus, S.A., Green, B. (2005). Psikologi Abnormal Jilid 1. Jakarta: Erlangga

Osborne, J. W. (2004). Kiat Berbicara di Depan Umum Untuk Eksekutif Jalan Menuju Keberhasilan. Jakarta: Bumi Aksara.

Prakoso, B. (2014). Hubungan antara Berpikir Positif dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum. Skripsi

Rahayu, I. T., Ardani, T.A. & Sulistyaningsih. (2004). Hubungan Pola Pikir Positif Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum. Jurnal Psikologi UNDIP, Vol. 1, No.2, 131- 134

Rakhmat, J. (2006). Psikologi Komunikasi. Bandung: PT. Remaja Karya

Ririn, A. M. (2013). Hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum (Studi korelasional terhadap mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011). *Jurnal Ilmiah Konseling*, 2 (1), 273–278. Konselor 2 (1).

Rogers, N. (2004). *Berani Bicara di Depan Publik*. Bandung: Nuansa.

Rohmansyah, A. N. (2017). Kecemasan dalam Olahraga. *Jurnal Ilmiah Penjas*, Vol. 3, No 1:44-60

Sabalurien, R. F. (2018). Kecemasan Wanita Terhadap Obesitas. *Psikoborneo*, Vol 6, No 4, 560-567

Santoso, H. P. Raharjo, T. Sulystiani, H. D. Lukmantoro, T. & Rakhmad, W. D. (1998). Tingkat Kecemasan Komunikasi Mahasiswa Dalam Lingkup Akademis. *Laporan Penelitian Komunikasi*. Semarang: Universitas Diponegoro

- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions*. United States of America: John Wiley & Sons, Inc
- Sri Wahyuni. (2013). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara didepan umum pada mahasiswa psikologi. *Jurnal ilmiah psikologi*. Vol 1, No 4, 220- 227.
- Semiun, Y. 2006. *Kesehatan Mental 1*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius
- Siallagan, DF. (2011). "*Fungsi dan Peranan Mahasiswa*", www.academia.edu, diakses pada 02 Oktober 2020
- Singgih. D. Gunarsa. (1989). *Pengantar Psikologi*. Jakarta: PT Gunung Mulia
- Spica, B. (2008). *Perilaku Prosocial Mahasiswa ditinjau dari Empati dan Dukungan Sosial Budaya*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta. CV
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet
- Taufik, Imam. 2010. *Kamus Praktis Bahasa Indonesia*. Jakarta : Ganeca Exact
- Takwin, B. 2008. *Menjadi Mahasiswa (Online)*. <http://www.unsepulchred3.rssing.com>. (Diakses pada tanggal 02 Oktober 2021)
- Utami, M. S., & Prawitasari, J. E. 1991. *Efektivitas relaksasi dan terapi kognitif untuk mengurangi kecemasan berbicara di muka umum*. Yogyakarta: Thesis. Program Pascasarjana Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
- Wahyuni, S. 2014. *Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Psikologi*. *Jurnal Psikologi*, Vol 2 No 1, Tahun 2014
- Wibawanti, P. I., Sari, P.E. & Puspa, V. (2018). *Pelatihan Mengatasi Kecemasan Berbicara Didepan Umum Pada Kader Kesehatan Jiwa*. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, Vol , No.3, 190-200
- Yusuf, A. M. (2014). *Metode Penelitian : Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta : Prenadamedia Group
- Yunus, H. S. (2016). *Metodologi Penelitian Wilayah Kontemporer*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Zulkarnain., N, F. (2009). *Sense of Humor dan Kecemasan Menghadapi Ujian di Kalangan Mahasiswa*. *Majalah Kedokteran Nusantara*. Vol.42, No. 1: 4854.



LAMPIRAN



Tabel 5.1

Blueprint Skala Kecemasan Berbicara Didepan Umum

| Variabel | Aspek | Indikator | Aitem | |
|---|--------------------|---|--|---|
| | | | Favorabel | Unfavorabel |
| Kecemasan Berbicara Didepan Umum | Aspek Suasana Hati | kecemasan, tegang, panik dan kekhawatiran individu yang mengalami kecemasan memiliki perasaan akan adanya hukuman yang akan mengancam dari sumber tertentu yang tidak diketahui. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Saya bersikap santai ketika harus berbicara di depan banyak orang. 2. Saya merasa tenang ketika berbicara didepan umum 3. Saya senang teman-teman banyak bertanya mengenai presentasesaya. 4. Saya bersikap tenang ketika berbicara empat mata dengan dosen mengenai materi perkuliahan 5. Saya lebih memilih diam dibandingkan bertanya saat perkuliahan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Karena takut, tatapan mata saya tertuju ke tembok ketika menjelaskan materi saat persentase. 2. Karena deg-degan, saya mudah kaget terhadap suara yang terjadi tiba-tiba ketika sedang berbicara didepan umum. 3. Saya merasa takut karena tidak mampu menjawab pertanyaan saat proses diskusi membuat tekanan darah saya meningkat. 4. Saya merasa gugup ketika berkonsultasi materi perkuliahan dengandosen. 5. Karena gugup, suara saya bergetar ketika menjawab pertanyaan dari dosen sehingga apa yang saya katakan tidak jelas. 6. Saya merasa takut salah dengan apapun yang akan saya jelaskan ketika presentasi. |
| | Aspek Kognitif | Aspek kognitif dalam gangguan kecemasan menunjukkan kekhawatiran dan menghabiskan banyak waktu untuk khawatir mengenai hal yang tidak menyenangkan yang mungkin terjadi dan kemudian dia merencanakan bagaimana dia harus menghindari hal-hal tersebut. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Saya datang lebih cepat sebelum persentase agar tidak tergesa-gesa untuk mempersiapkan proyektor, dll. 2. Saya berani menjawab pertanyaan yang diberikan dosen walaupun kata-kata yang saya ucapkan berbelit-belit. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Saya memikirkan hal-hal yang tidak jelas sebelum persentase dimulai. 2. Karena takut, tatapan mata saya tertuju ke tembok ketika menjelaskan materi saat persentase. 3. Walaupun saya tahu jawaban dari pertanyaan yang diberikan dosen tetapi karena saya bingung mengklimatkan kata-kata dengan baik maka saya memilih untuk tidak menjawab |

| | | | | |
|--|---------------|---|--|---|
| | | | <ol style="list-style-type: none"> 3. Saya bersikap tenang ketika berbicara empat mata dengan dosen mengenai materi perkuliahan 4. Saya mempersiapkan diri dengan membaca materi sebelum presentasi dimulai 5. Saya menjawab pertanyaan dosen dengan suara yang jelas dan lantang 6. Saya menjelaskan materi secara pelan dan runtut agar materi yang saya jelaskan dapat dipahami oleh teman-teman. | <p>4. Ketika berbicara didepan banyak orang kata kata yang saya keluarkan berbelit-belit</p> |
| | Aspek Somatik | <p>Aspek somatik dari kecemasan terdiri dari keringat, mulut kering, bernapas pendek, denyut nadi cepat, tekanan darah meningkat, kepala terasa berdenyut-denyut, dan otot terasa tegang.</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Sebelum presentasi dimulai, saya terlebih dahulu minum air untuk menghindari bibir saya menjadikering. 2. Telapak tangan saya tidak berkeringat walaupun saya merasa deg-degan berbicara didepan umum. 3. Tekanan darah saya stabil ketika saya harus berbicara dihadapan banyak orang | <ol style="list-style-type: none"> 1. Ketika saya merasa grogi berbicara di depan umum, tiba-tiba telapak tangan sayaberkeringat. 2. Kepala saya terasa berdenyut-denyut sebelum presentasidimulai. 3. Ketika harus berbicara didepan banyak orang, badan saya terasakaku. 4. Saya merasa takut jika telalu lama presentasi didepan kelas sehingga membuat bibir sayakering. 5. Sebelum presentasi saya merasa deg-degan sehingga saya meletakkan alat tulis disembarangtempat. 6. Sebelum persentase dimulai badansaya berkeringat dingin. |

| | | | | |
|--|---------------|--|---|---|
| | Aspek motorik | Orang yang merasa gugup kegiatan motorik menjadi tanpa arti dan tujuan, misalnya jari-jari kakimengetuk-mengetuk. Aspek motor ini merupakan gambaran rancangan kognitif dan somatik yang tinggi pada individu dan merupakan usaha untuk melindungi diri dari apasaja yang dirasanya mengancam. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Ketika presentasi, saya selalu kontak mata dengan teman-teman. 2. Saya mengevaluasi kesalahan-kesalahan yang terjadi saat presentasi bersama kelompok. 3. Saat perkuliahan saya akan bertanya ketika penjelasan dosen membuat saya bingung. 4. Saya sangat antusias untuk menjawab pertanyaan yang diberikan kepada saya saat presentasi. 5. Saya menjawab pertanyaan dosen dengan suara yang jelas dan lantang. 6. Saya aktif memberikan masukan atau pendapat saya ketika berdiskusi kelompok | <ol style="list-style-type: none"> 1. Saya tergesa-gesa untuk menjelaskan materi presentasi agar presentasi cepatberakhir. 2. Ketika akan berbicara didepan banyak orang, kepala saya tidakterasa berdenyut-denyut sama sekali. 3. Saya merasa kesalketika mendapat banyak pertanyaan dari teman-teman ketikapresentasi 4. Ketika dosenmemberikan pertanyaan, saya berpura-pura berdiskusi dengan teman yang berada disebelah saya agar saya tidak ditunjuk oleh dosen untukmenjawab. 5. Ketika saya gugup, saya mengetuk-ketuk mejayang ada didepansaya |
|--|---------------|--|---|---|

LAMPIRAN B

SKALA PENELITIAN



SKALA PENELITIAN

A. DATA DIRI

Nama Inisial :

NIM :

Kelas :

Jenis Kelamin :

B. PETUNJUK PENGISIAN

Bacalah masing-masing pernyataan dengan urut dan teliti. Berikanlah tanda centang (✓) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan keadaan diri dan pengalaman anda. Alternatif jawaban yang ada adalah sebagai berikut :

1. Sangat Sesuai (SS) : Hal ini **sangat sesuai** dengan diri dan pengalaman Anda dalam kehidupansehari-hari.
2. Sesuai (S) : Hal ini **sesuai** dengan diri dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari-hari
3. Tidak sesuai (TS) : Hal ini **tidak sesuai** dengan diri dan pengalam Anda dalam kehidupansehari-hari.
4. Sangat Tidak Sesuai : Hal ini **sangat tidak sesuai** dengan diri dan pengalaman Anda dalam kehidupansehari-hari.

| No | Item | SS | S | TS | STS |
|-----|--|----|---|----|-----|
| 1. | Saya bersikap santai ketika harus berbicara di depan banyak orang. | | | | |
| 2. | Saya senang teman-teman banyak bertanya mengenai presentasesaya. | | | | |
| 3. | Ketika dosen memberikan pertanyaan, saya berpura-pura berdiskusi dengan teman yang berada disebelah saya agar saya tidak ditunjuk oleh dosen untuk menjawab. | | | | |
| 4. | Saya merasa tenang ketika berbicara didepan umum | | | | |
| 5. | Saya memikirkan hal-hal yang tidak jelas sebelum persentase dimulai. | | | | |
| 6. | Saya aktif memberikan masukan atau pendapat saya ketika berdiskusi kelompok. | | | | |
| 7. | Karena takut, tatapan mata saya tertuju ke tembok ketika menjelaskan materi saat persentase | | | | |
| 8. | Saya datang lebih cepat sebelum presentase agar tidak tergesa-gesa untuk mempersiapkan proyektor, dll. | | | | |
| 9. | Saya berani menjawab pertanyaan yang diberikan dosen walaupun kata-kata yang saya ucapkan berbelit-belit. | | | | |
| 10. | Saya bersikap tenang ketika berbicara empat mata dengan dosen mengenai materi perkuliahan. | | | | |
| 11. | Saya sangat antusias untuk menjawab pertanyaan yang diberikan kepada saya saat presentasi. | | | | |
| 12. | Saya mempersiapkan diri dengan membaca materi sebelum presentasi dimulai. | | | | |
| 13. | Ketika dosen memberikan pertanyaan, saya langsung menjawab pertanyaan itu. | | | | |
| 14. | Karena deg-degan, saya mudah kaget terhadap suara yang terjadi tiba-tiba ketika sedang berbicara didepan umum. | | | | |
| 15. | Ketika saya gugup, saya mengetuk-ketuk meja yang ada didepan saya | | | | |
| 16. | Saya merasa takut karena tidak mampu menjawab pertanyaan saat proses diskusi membuat tekanan darah saya meningkat. | | | | |
| 17. | Ketika saya merasa grogi berbicara di depan umum, tiba-tiba telapak tangan saya berkeringat. | | | | |
| 18. | Saya lebih memilih diam dibandingkan bertanya saat perkuliahan. | | | | |
| 19. | Saya menjawab pertanyaan dosen dengan suara yang jelas dan lantang. | | | | |

| | | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|
| 20. | Walaupun saya tahu jawaban dari pertanyaan yang diberikan dosen tetapi karna saya bingung mengklimatkan kata-kata dengan baik maka saya memilih untuk tidak menjawab. | | | | |
| 21. | Saya menjelaskan materi secara pelan dan runtut agar materi yang saya jelaskan dapat dipahami oleh teman-teman. | | | | |
| 22. | Sebelum presentasi dimulai, saya terlebih dahulu minum air untuk menghindari bibir saya menjadi kering. | | | | |
| 23. | Karena gugup, suara saya bergetar ketika menjawab pertanyaan dari dosen sehingga apa yang saya katakan tidak jelas. | | | | |
| 24. | Saya merasa gugup ketika berkonsultasi materi perkuliahan dengan dosen. | | | | |
| 25. | Telapak tangan saya tidak berkeringat walaupun saya merasa deg-degan berbicara didepan umum. | | | | |
| 26. | Saya merasa takut salah dengan apapun yang akan saya jelaskan ketika presentasi. | | | | |
| 27. | Sebelum presentasi saya merasa deg-degan sehingga saya meletakkan alat tulis disembarang tempat. | | | | |
| 28. | Teknan darah saya stabil ketika saya harus berbicara Dihadapan banyak orang. | | | | |
| 29. | Ketika akan berbicara didepan banyak orang, kepala saya tidak terasa berdenyut-denyut sama sekali. | | | | |
| 30. | Ketika harus berbicara didepan banyak orang, badan saya terasa kaku. | | | | |
| 31. | Saya merasa takut jika telalu lama presentasi didepan kelas sehingga membuat bibir saya kering. | | | | |
| 32. | Saya merasa nyaman untuk berbicara didepan banyak orang. | | | | |
| 33. | Kepala saya terasa berdenyut-denyut sebelum presentasi dimulai. | | | | |
| 34. | Saat perkuliahan saya akan bertanya ketika penjelasan dosen membuat saya bingung. | | | | |
| 35. | Saya mengevaluasi kesalahan-kesalahan yang terjadi saat presentasi bersama kelompok. | | | | |
| 36. | Ketika presentasi, saya selalu kontak mata dengan teman-teman. | | | | |
| 37. | Saya tergesa-gesa untuk menjelaskan materi presentasi agar presentasi cepat berakhir. | | | | |
| 38. | Saya merasa kesal ketika mendapat banyak pertanyaan dari teman-teman ketika presentasi. | | | | |



| No | Inisial | 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 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | Total | Kode Subjek | |
|----|---------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-------|-------------|---|
| 1 | M | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 75 | 1 | |
| 2 | AA | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 70 | 1 | |
| 3 | PS | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 82 | 1 | |
| 4 | SM | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 75 | 1 | |
| 5 | SO | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 96 | 1 | |
| 6 | ISA | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 81 | 1 | |
| 7 | NL | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 4 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 71 | 1 | |
| 8 | FR | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 71 | 1 | |
| 9 | CA | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 77 | 1 | |
| 10 | MV | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 83 | 1 | |
| 11 | NF | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 68 | 1 | |
| 12 | SS | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 76 | 1 | |
| 13 | FE | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 93 | 1 | |
| 14 | IY | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 92 | 1 | |
| 15 | NF | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 95 | 1 | |
| 16 | HMS | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 64 | 1 |
| 17 | MH | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 71 | 1 | |
| 18 | MA | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 72 | 1 | |
| 19 | HS | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 86 | 1 | |
| 20 | RF | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 108 | 1 | |
| 21 | DA | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 109 | 1 | |
| 22 | NA | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 97 | 1 | |
| 23 | HR | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 65 | 1 |
| 24 | AP | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 80 | 1 |
| 25 | DY | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 102 | 1 | |
| 26 | CV | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 4 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 66 | 1 | |
| 27 | ND | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 98 | 1 | |
| 28 | K | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 84 | 1 | |
| 29 | NZ | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 84 | 1 | |
| 30 | EK | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 85 | 1 | |
| 31 | ND | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 83 | 1 | |
| 32 | MS | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 73 | 1 | |
| 33 | PYS | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 77 | 1 | |
| 34 | SSG | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 89 | 1 | |
| 35 | DF | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 106 | 1 | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|-----|----|---|
| 36 | MS | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 68 | 1 | |
| 37 | NL | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 59 | 1 | |
| 38 | MY | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 67 | 1 | |
| 39 | S | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 71 | 1 | | |
| 40 | NL | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 73 | 1 | | |
| 41 | AL | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 77 | 2 | |
| 42 | DI | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 46 | 2 | |
| 43 | BS | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 66 | 2 | |
| 44 | TS | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 4 | 70 | 2 | |
| 45 | DY | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 80 | 2 | |
| 46 | MN | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 108 | 2 | |
| 47 | DA | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 4 | 76 | 2 | |
| 48 | AW | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 87 | 2 | |
| 49 | EL | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 82 | 2 | |
| 50 | PA | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 78 | 2 | |
| 51 | RG | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 70 | 2 | |
| 52 | TAF | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 66 | 2 | |
| 53 | ADP | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 58 | 2 |
| 54 | IAL | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 67 | 2 |
| 55 | JA | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 66 | 2 | |
| 56 | HB | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 65 | 2 | |
| 57 | DA | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 63 | 2 | |
| 58 | OP | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 65 | 2 | |
| 59 | AS | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 74 | 2 | |
| 60 | AP | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 65 | 2 | |
| 61 | YP | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 63 | 2 | |
| 62 | AP | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 59 | 2 | |
| 63 | MR | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 58 | 2 |
| 64 | MF | 4 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 47 | 2 |
| 65 | MS | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 81 | 2 |



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 7/10/22

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/22

```
RELIABILITY
/VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7
aitem_8 aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15
aitem_16 aitem_17 aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22 aitem_23
aitem_24 aitem_25 aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem_31
aitem_32 aitem_33 aitem_34 aitem_35 aitem_36 aitem_37 aitem_38
/SCALE('Kecemasan Berbicara') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
/SUMMARY=TOTAL.
```

Reliability

| Notes | | |
|------------------------|--|--|
| Output Created | | 27-FEB-2022 11:04:21 |
| Comments | | |
| Input | Active Dataset Filter Weight Split File N of Rows in Working Data File Matrix Input | DataSet0 <none> <none> <none> 65 |
| Missing Value Handling | Definition of Missing Cases Used | User-defined missing values are treated as missing. Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure. RELIABILITY /VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7 aitem_8 aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15 aitem_16 aitem_17 aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22 aitem_23 aitem_24 aitem_25 aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem_31 aitem_32 aitem_33 aitem_34 aitem_35 aitem_36 aitem_37 aitem_38 /SCALE('Kecemasan Berbicara')ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE /SUMMARY=TOTAL. |
| Syntax | | |
| Resources | Processor Time Elapsed Time | 00:00:00,03 00:00:00,05 |

[DataSet0]

Scale: Kecemasan Berbicara

Case Processing Summary

| | | N | % |
|-------|-----------------------|----|-------|
| Cases | Valid | 65 | 100,0 |
| | Excluded ^a | 0 | ,0 |
| | Total | 65 | 100,0 |

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

Reliability Statistics

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| ,925 | 38 |

Item Statistics

| | Mean | Std. Deviation | N |
|----------|------|----------------|----|
| aitem_1 | 2,31 | ,727 | 65 |
| aitem_2 | 2,48 | ,812 | 65 |
| aitem_3 | 2,38 | ,700 | 65 |
| aitem_4 | 2,63 | ,802 | 65 |
| aitem_5 | 2,63 | ,741 | 65 |
| aitem_6 | 2,22 | ,625 | 65 |
| aitem_7 | 2,25 | ,771 | 65 |
| aitem_8 | 2,89 | ,640 | 65 |
| aitem_9 | 2,06 | ,659 | 65 |
| aitem_10 | 2,15 | ,643 | 65 |
| aitem_11 | 2,43 | ,749 | 65 |
| aitem_12 | 1,86 | ,634 | 65 |
| aitem_13 | 2,71 | ,551 | 65 |
| aitem_14 | 2,58 | ,900 | 65 |
| aitem_15 | 2,14 | ,527 | 65 |
| aitem_16 | 2,58 | ,748 | 65 |
| aitem_17 | 2,75 | ,811 | 65 |
| aitem_18 | 2,51 | ,732 | 65 |
| aitem_19 | 2,23 | ,553 | 65 |
| aitem_20 | 2,77 | ,724 | 65 |
| aitem_21 | 2,14 | ,609 | 65 |
| aitem_22 | 2,34 | ,776 | 65 |
| aitem_23 | 2,69 | ,883 | 65 |
| aitem_24 | 2,42 | ,727 | 65 |
| aitem_25 | 2,52 | ,793 | 65 |
| aitem_26 | 2,72 | ,857 | 65 |
| aitem_27 | 2,68 | ,793 | 65 |
| aitem_28 | 2,46 | ,731 | 65 |
| aitem_29 | 2,42 | ,788 | 65 |
| aitem_30 | 2,31 | ,789 | 65 |
| aitem_31 | 2,46 | ,812 | 65 |
| aitem_32 | 2,49 | ,773 | 65 |
| aitem_33 | 2,23 | ,702 | 65 |
| aitem_34 | 2,26 | ,619 | 65 |
| aitem_35 | 2,26 | ,691 | 65 |
| aitem_36 | 2,23 | ,656 | 65 |
| aitem_37 | 2,46 | ,752 | 65 |
| aitem_38 | 2,40 | ,880 | 65 |

Item-Total Statistics

| | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|-----------------|----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| aitem_1 | 89,75 | 196,095 | ,422 | ,923 |
| aitem_2 | 89,58 | 191,278 | ,591 | ,921 |
| aitem_3 | 89,68 | 194,785 | ,509 | ,922 |
| aitem_4 | 89,43 | 189,780 | ,670 | ,920 |
| aitem_5 | 89,43 | 194,280 | ,503 | ,922 |
| aitem_6 | 89,85 | 197,351 | ,426 | ,923 |
| aitem_7 | 89,82 | 192,934 | ,545 | ,922 |
| aitem_8 | 89,17 | 206,643 | -,100 | ,928 |
| aitem_9 | 90,00 | 194,094 | ,582 | ,922 |
| aitem_10 | 89,91 | 194,741 | ,561 | ,922 |
| aitem_11 | 89,63 | 190,299 | ,694 | ,920 |
| aitem_12 | 90,20 | 197,631 | ,403 | ,923 |
| aitem_13 | 89,35 | 199,451 | ,351 | ,924 |
| aitem_14 | 89,48 | 189,035 | ,621 | ,921 |
| aitem_15 | 89,92 | 199,478 | ,367 | ,924 |
| aitem_16 | 89,48 | 191,410 | ,640 | ,921 |
| aitem_17 | 89,31 | 193,154 | ,506 | ,922 |
| aitem_18 | 89,55 | 191,532 | ,649 | ,921 |
| aitem_19 | 89,83 | 195,924 | ,581 | ,922 |
| aitem_20 | 89,29 | 198,804 | ,288 | ,925 |
| aitem_21 | 89,92 | 197,916 | ,404 | ,923 |
| aitem_22 | 89,72 | 208,766 | -,185 | ,930 |
| aitem_23 | 89,37 | 188,299 | ,666 | ,920 |
| aitem_24 | 89,65 | 192,420 | ,609 | ,921 |
| aitem_25 | 89,54 | 198,284 | ,282 | ,925 |
| aitem_26 | 89,34 | 192,946 | ,484 | ,923 |
| aitem_27 | 89,38 | 212,084 | -,325 | ,932 |
| aitem_28 | 89,60 | 192,681 | ,592 | ,921 |
| aitem_29 | 89,65 | 192,513 | ,552 | ,922 |
| aitem_30 | 89,75 | 190,470 | ,648 | ,921 |
| aitem_31 | 89,60 | 189,681 | ,665 | ,920 |
| aitem_32 | 89,57 | 189,687 | ,701 | ,920 |
| aitem_33 | 89,83 | 193,549 | ,572 | ,922 |
| aitem_34 | 89,80 | 195,194 | ,557 | ,922 |
| aitem_35 | 89,80 | 199,287 | ,279 | ,925 |
| aitem_36 | 89,83 | 194,862 | ,542 | ,922 |
| aitem_37 | 89,60 | 190,119 | ,701 | ,920 |
| aitem_38 | 89,66 | 190,759 | ,563 | ,922 |

Scale Statistics

| Mean | Variance | Std. Deviation | N of Items |
|-------|----------|----------------|------------|
| 92,06 | 205,215 | 14,325 | 38 |

LAMPIRAN E

ANALISIS DATA



```
ONEWAY Y BY X
  /STATISTICS DESCRIPTIVES HOMOGENEITY
  /MISSING ANALYSIS.
```

Oneway

Notes

| | | |
|------------------------|---------------------------|--|
| Output Created | 27-FEB-2022 11:13:31 | |
| Comments | | |
| Input | Active Dataset | DataSet1 |
| | Filter | <none> |
| | Weight | <none> |
| | Split File | <none> |
| | N of Rows in Working Data | 65 |
| Missing Value Handling | File | |
| | Definition of Missing | User-defined missing values are treated as missing. |
| Syntax | Cases Used | Statistics for each analysis are based on cases with no missing data for any variable in the analysis. |
| | | ONEWAY Y BY X |
| | | /STATISTICS DESCRIPTIVES HOMOGENEITY /MISSING ANALYSIS. |
| Resources | Processor Time | 00:00:00,02 |
| | Elapsed Time | 00:00:00,05 |

[DataSet1]

Descriptives

Kecemasan Berbicara

| | N | Mean | Std. Deviation | Std. Error | 95% Confidence Interval for Mean | |
|-----------|----|-------|----------------|------------|----------------------------------|-------------|
| | | | | | Lower Bound | Upper Bound |
| Perempuan | 40 | 81,05 | 12,999 | 2,055 | 76,89 | 85,21 |
| Laki-Laki | 25 | 69,48 | 12,910 | 2,582 | 64,15 | 74,81 |
| Total | 65 | 76,60 | 14,059 | 1,744 | 73,12 | 80,08 |

Descriptives

Kecemasan Berbicara

| | Minimum | Maximum |
|-----------|---------|---------|
| Perempuan | 59 | 109 |
| Laki-Laki | 46 | 108 |
| Total | 46 | 109 |

Test of Homogeneity of Variances

Kecemasan Berbicara

| Levene Statistic | df1 | df2 | Sig. |
|------------------|-----|-----|------|
| ,342 | 1 | 63 | ,561 |


ANOVA

Kecemasan Berbicara

| | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|----------------|----------------|----|-------------|--------|------|
| Between Groups | 2059,460 | 1 | 2059,460 | 12,252 | ,001 |
| Within Groups | 10590,140 | 63 | 168,097 | | |
| Total | 12649,600 | 64 | | | |



LAMPIRAN F
SURAT PENELITIAN



UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Sehabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 172/FPSI/01.10/II/2022 4 Februari 2022
Lampiran : -
Hal : Riset dan Pengambilan Data

Yth. Bapak/Ibu Wakil Rektor Bidang Administrasi
Universitas Medan Area
di
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

| | |
|---------------|-----------------------------|
| Nama | : Annisa Fitri Sitorus Pane |
| NPM | : 178600224 |
| Program Studi | : Ilmu Psikologi |
| Fakultas | : Psikologi |


untuk melaksanakan pengambilan data di **Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, Jl. Kolam Nomor 1 Medan Estate / Jl. Gedung PBSI, Medan 20223** guna penyusunan skripsi yang berjudul **"Perbedaan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area"**.

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.



Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Universitas yang Bapak/Ibu pimpin.


Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

An. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian Dan
Rengabdian Kepada Masyarakat


Nelly Altha, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan
- Mahasiswa Ybs
- Arsip





UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id


SURAT KETERANGAN
Nomor : 417/UMA/B/01.7/III/2022

Rektor Universitas Medan Area dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Annisa Fitri Sitorus Pane
No. Pokok Mahasiswa : 178600224
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi

Benar telah selesai Pengambilan Data di Universitas Medan Area pada tanggal 19 sd 26 Februari 2022 dengan Judul skripsi “Perbedaan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Di Tinjau Dari Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area”.
Dan kami harapkan Data tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam penyusunan skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat digunakan seperlunya.

Medan, 14 Maret 2022
An Rektor,
Wakil Rektor Bidang Pengembangan SDM dan
Administrasi Keuangan, &

D. I. Suswati, MP

Tembusan :
1. Fakultas Psikologi
2. Arsip

