

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, A.I.D. 2009. Hubungan Self-Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara. Skripsi (tidak diterbitkan). Medan: Fakultas Psikologi USU
- Arikunto, 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Cet. Ke 13. Jakarta : Rineka Cipta.
- Aryuni, Ayu Utami. 2007. *Efek Musik Mozart terhadap Penurunan Kecemasan Bbicara di Muka Umum*. Skripsi (tidak diterbitkan). Makassar: Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar.
- Baron, Robert A. & Donn Byrne, 2000. *Social Psychology (9 th edition)*. USA.
- Bungin. 2005. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana.
- Chaplin, J.P. 2004. *Kamus Lengkap Psikologi* . Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Dewi, 2015. *Pengaruh Self-Efficacy Dan Motivasi Kerjapada Kepuasan Kerja Karyawan Happy Bali Tour & Travel Denpasar*. Bali : Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Udayana.
- Ghufron, M. Nurdan Rini Risnawati. 2011. *Teori-teori Psikologi*. Jogyakarta: Ar-Kautsar
- Gunarsa & Gunarsa, 2000. *Psikologi Praktis : Anak Remaja dan Keluarga*. Jakarta : PT. BPK Gunung Mulia
- Hapsari, D.A. 2010. *Pengaruh Tari Kontemporer terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Remaja*. Jurnal.
- Harianti, 2014. *Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum pada Mahasiswa*. Nalang : Fakultas Psikologi Universitas Wisnuwardhana Malang.
- Hudaniah & Dayakisni, Tri. 2006. *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- Jeffrey dkk.,2003 *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 1*. Erlangga: Jakarta.
- Juwita, S. Agung, I M, dan Rahamasari, R. 2009. www.vano02000.files.wordpress.com/.../artikel-ivan-dkk-kepercayaan-diri. Diunduh pada 9 November 2011.
- Khasanah, 2012. *Hubungan Self Efficacy dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum*. Studi Pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Agama Islam UIN MMI Malang

- Lahey, Benjamin B., 2004. *Psychology: An Introduction, 8th Ed.* Chicago, McGraw-Hill
- Lawrence A. Pervin, Daniel Cervone, Oliver P. John *psikologi perkembangan*
- Luxori, Yusuf. 2004. *Percaya Diri*. Jakarta : Pustaka Al-Kautsar.
- Maharrani, T. 2011. Hubungan *Self-Efficacy* dengan Self Regulated Learning pada Mahasiswa Fakultas Psikologi USU. Skripsi (tidak diterbitkan). Medan: Fakultas Psikologi USU
- Mahdaleni, E. 2004. *Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia (UII) Yogyakarta. Ringkasan Skripsi (tidak diterbitkan). Malang: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.*
- Mardiati, 2013. *Self-Efficacy Dan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh Jurnal Ilmiah Psikologi An Nafs. Vol 3, No 1 (2013)*
- Mulyadi, Redy. 2003. *Kenali Rasa Cemas yang Tidak Rasional*. <http://www.sinarharapan.co.id>. (20 Januari 2016).
- Prasetyono, Dwi Sunar. 2005. *Kiat Mengatasi Cemas dan Depresi*. Yogyakarta: TUGU Publisher
- Rahayu, 2011. *Pengaruh Lingkungan Keluarga, Sekolah dan Masyarakat terhadap Persepsi Gender Mahasiswa Laki-laki dan Perempuan*. ISSN : 1978-4333, Vol. 05, No. 02
- Rakhmat, Jalaludin. 2002. *Psikologi Komunikasi*. Edisi Revisi. PT.Remaja Rosdakarya. Bandung
- Rifiani, 2013. *Kuliah Komunikasi - Media Literacy #2 (Review)*. Ruzz Media
- Salim (ed), 2001. *Teori dan Paradigma Penelitian Sosial dari Denzin Guba dan Penerapannya*. Yogyakarta: Tiara Wacana
- Sandra, 2013. *Manajemen Waktu, Efikasi-Diri Dan Prokrastinasi*. Persona, Jurnal Psikologi Indonesia Sept. 2013, Vol. 2, No. 3, hal 217 – 222
- Santrock. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Semiun, Y. 2006. *Kesehatan Mental 1*. Penerbit Kanisius : Yogyakarta.

- Sugiyono.2011. *Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung : Alfabeta.
- Sundari, Siti. 2005. *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Suwandi, 2004. *Hubungan efikasi diri dan konsep diri pada kecemasan berbicara di muka umum Mahasiswa studi Teologi Universitas Sanata Dharma*. Yogyakarta : Universitas Gadjah Mada.
- Syarifah, 2013.*Gambaran Tingkatan Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Saat Menghadapi Ujian Skill Lab Di Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah*. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta UU No.20 Tahun 2003 Pasal 19 Ayat 1
- Wahyuni 2014. *Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada mahasiswa psikologi*. Journal Psikologi, 2014,2(1): 50-64
- Wicaksono, 2013.Hubungan *Self Efficacy* Dengan Ketepatan *Free Throw* Pada Pemain *National Basketball League* Klub Cls Knights Character, Volume 01, Nomor 02, Tahun 2013
- Yanti, H.2010. *Hubungan Antara Afikasi Diri & Religiusitas dengan Kemampuan Penyesuaian Diri Mahasiswa*. Tesis. Medan: Program Pascasarjana Magister Psikologi Universitas Medan Area



LAMPIRAN A
DATA





LAMPIRAN A-1
DATA SELF EFFICACY TRY OUT

MASTER DATA																														
Hubungan Self Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa STIKOM Medan																														
No. Responden	Self efficacy (X)																													
	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
1	3	3	3	3	1	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	3	3	3	3	1	3	3	4	4	4	1	2	4	4	4
2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	1	3	2	3	
3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	1	3	3	3	
4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	
5	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	1	4	4	4	
6	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	
7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	
8	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	1	1	3	3	
9	4	3	4	4	2	1	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	2	1	3	4	3	3	1	3	3	3	
10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	
11	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	1	3	3	4	
12	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	1	4	4	
13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	
14	4	4	4	4	2	4	4	2	3	2	2	3	2	3	2	4	4	4	4	2	4	4	2	3	2	2	3	2	3	
15	3	2	3	3	1	3	2	1	3	1	1	2	1	3	1	3	2	3	3	1	3	2	1	3	1	1	2	1	3	
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	
17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	

18	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4		
19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4		
20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4		
21	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3		
22	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
23	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
24	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	
25	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	1	1
26	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
27	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	
28	1	3	1	1	2	1	3	1	1	2	3	1	3	3	3	1	3	1	1	2	1	3	1	1	2	3	1	3	3	3	
29	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
30	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	
31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
32	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
33	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
34	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	
35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
36	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
37	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
38	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
39	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	2	
40	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	1	1	

41	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
42	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	2
43	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	1	1	1
44	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
45	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3
46	3	1	1	2	1	3	1	1	2	3	1	3	3	3	3	3	1	1	2	1	3	1	1	2	3	1	3	3	3	3
47	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
48	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4
49	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
50	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
51	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
52	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	4
53	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
54	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
55	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	2
56	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	1	1
57	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
58	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3
59	3	1	1	2	1	3	1	1	2	3	1	3	3	3	3	3	1	1	2	1	3	1	1	2	3	1	3	3	3	3
60	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
61	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4
62	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
63	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3

LAMPIRAN A-2
DATA KECEMASAN BERBICARA
DIDEPAN UMUM TRY OUT

No. Responden	Kecemasan Berbicara di Depan Umum																								
	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
1	3	3	3	3	1	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	3	3	3	3	1	3	3	4	4	4
2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3
4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3
5	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4
6	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4
7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
8	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3
9	4	3	4	4	2	1	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	2	1	3	4	3	3
10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
11	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3
12	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4
13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
14	4	4	4	4	2	4	4	2	3	2	2	3	2	3	2	4	4	4	4	2	4	4	2	3	2
15	3	2	3	3	1	3	2	1	3	1	1	2	1	3	1	3	2	3	3	1	3	2	1	3	1
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
18	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
21	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1
22	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
23	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

24	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3
25	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4
26	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
27	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3
28	1	3	1	1	2	1	3	1	1	2	3	1	3	3	3	1	3	1	1	2	1	3	1	1	2
29	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
30	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1
31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
32	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
33	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
34	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1
35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
36	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
37	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
38	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
39	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4
40	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1
41	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
42	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4
43	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1
44	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
45	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3
46	3	1	1	2	1	3	1	1	2	3	1	3	3	3	3	3	1	1	2	1	3	1	1	2	3
47	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
48	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3
49	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3

50	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
51	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
52	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3
53	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
54	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
55	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4
56	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1
57	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
58	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3
59	3	1	1	2	1	3	1	1	2	3	1	3	3	3	3	3	1	1	2	1	3	1	1	2	3
60	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
61	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3
62	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
63	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
64	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
65	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3
66	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
67	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
68	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
69	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

No. Respon den	Kecemasan Berbicara di Depan Umum																								
	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
1	4	2	4	4	4	3	3	3	3	1	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	3
2	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	3	3	1	3	2	3	3
3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
5	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
8	3	1	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	2
9	3	3	3	3	3	4	3	4	4	2	1	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
11	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3
12	4	4	4	1	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3
13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
14	2	3	2	3	2	4	4	4	4	2	4	4	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	4
15	1	2	1	3	1	3	2	3	3	1	3	2	1	3	1	1	2	3	1	1	2	1	3	1	3
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
18	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
21	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3
22	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
23	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

24	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3
25	1	4	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	1	1	4
26	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
27	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2
28	3	1	3	3	3	1	3	1	1	2	1	3	1	1	2	3	1	1	2	3	1	3	3	3	1
29	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
30	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3
31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
32	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
33	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
34	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3
35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
36	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
37	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
38	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
39	3	4	4	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4
40	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	1	4
41	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
42	3	4	4	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4
43	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	1	4
44	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
45	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3
46	1	3	3	3	3	3	1	1	2	1	3	1	1	2	3	1	3	2	3	1	3	3	3	3	3
47	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
48	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3
49	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3

50	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4
51	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
52	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3
53	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
54	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4
55	3	4	4	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4
56	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	1	4
57	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
58	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3
59	1	3	3	3	3	3	1	1	2	1	3	1	1	2	3	1	3	2	3	1	3	3	3	3	3
60	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
61	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3
62	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
63	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4
64	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
65	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3
66	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
67	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4
68	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4
69	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4



LAMPIRAN B

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

LAMPIRAN B-1

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

SELF EFFICACY

The logo of Universitas Medan Area is a circular emblem. It features a central figure of a person standing on a pedestal, holding a book. Above the figure is a sun or star symbol. The text 'UNIVERSITAS MEDAN AREA' is written around the perimeter of the circle.

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

SELF EFFICACY

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	194.87	1307.174	.010	.752
VAR00002	194.97	1300.323	.380	.750
VAR00003	195.01	1295.867	.803	.749
VAR00004	195.07	1295.745	.717	.749
VAR00005	195.19	1286.596	.754	.748
VAR00006	195.06	1297.408	.716	.750
VAR00007	195.06	1300.938	.020	.750
VAR00008	195.03	1291.940	.819	.749
VAR00009	195.06	1295.526	.718	.749
VAR00010	195.10	1292.357	.722	.749
VAR00011	195.03	1295.793	.770	.749
VAR00012	195.10	1291.945	.755	.749
VAR00013	195.03	1298.882	.702	.750
VAR00014	195.03	1302.823	.635	.751
VAR00015	195.12	1310.280	.491	.753
VAR00016	194.87	1307.174	.100	.752
VAR00017	194.97	1300.323	.798	.750
VAR00018	195.01	1295.867	.803	.749
VAR00019	195.07	1295.745	.717	.749
VAR00020	195.19	1286.596	.754	.748
VAR00021	195.06	1297.408	.716	.750

VAR00022	195.06	1300.938	.687	.750
VAR00023	195.03	1291.940	.819	.749
VAR00024	195.06	1295.526	.718	.749
VAR00025	195.10	1292.357	.722	.749
VAR00026	195.70	1306.450	.370	.752
VAR00027	195.10	1291.945	.755	.749
VAR00028	195.03	1298.882	.702	.750
VAR00029	195.03	1302.823	.635	.751
VAR00030	195.12	1310.280	.491	.753
TotalX	99.19	335.479	1.000	.966

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.758	31

LAMPIRAN B-2

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM

A large, faint watermark of the Universitas Medan Area logo is centered in the background. The logo is circular and contains the text 'UNIVERSITAS MEDAN AREA' around the perimeter. In the center, there is a shield with a book and a torch, with the letters 'M' and 'A' above it.

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	329.83	3822.381	.773	.752
VAR00002	329.93	3810.862	.107	.751
VAR00003	329.97	3802.205	.830	.751
VAR00004	330.03	3801.029	.751	.751
VAR00005	330.14	3787.243	.769	.750
VAR00006	330.01	3808.956	.702	.751
VAR00007	330.01	3813.779	.685	.751
VAR00008	329.99	3795.073	.211	.750
VAR00009	330.01	3800.367	.754	.750
VAR00010	330.06	3799.232	.719	.750
VAR00011	329.99	3803.867	.779	.751
VAR00012	330.06	3799.232	.159	.750
VAR00013	329.99	3812.603	.677	.751
VAR00014	329.99	3820.426	.600	.752
VAR00015	330.07	3832.656	.130	.753
VAR00016	329.83	3822.381	.773	.752
VAR00017	329.93	3810.862	.816	.751
VAR00018	329.97	3802.205	.220	.751
VAR00019	330.03	3801.029	.751	.751
VAR00020	330.14	3787.243	.769	.750
VAR00021	330.01	3808.956	.702	.751

VAR00022	330.01	3813.779	.685	.751
VAR00023	329.99	3795.073	.848	.750
VAR00024	330.01	3800.367	.754	.750
VAR00025	330.06	3799.232	.719	.750
VAR00026	329.99	3803.867	.779	.751
VAR00027	330.06	3799.232	.745	.750
VAR00028	330.01	3800.367	.754	.750
VAR00029	330.06	3799.232	.719	.750
VAR00030	329.99	3803.867	.779	.751
VAR00031	330.06	3799.232	.745	.750
VAR00032	329.99	3812.603	.677	.751
VAR00033	329.99	3820.426	.600	.752
VAR00034	330.07	3832.656	.463	.753
VAR00035	329.83	3822.381	.773	.752
VAR00036	329.93	3810.862	.816	.751
VAR00037	329.97	3802.205	.830	.751
VAR00038	329.83	3822.381	.773	.752
VAR00039	329.93	3810.862	.816	.751
VAR00040	329.97	3802.205	.830	.751
VAR00041	330.03	3801.029	.751	.751
VAR00042	330.14	3787.243	.769	.750
VAR00043	330.01	3808.956	.702	.751
VAR00044	330.01	3813.779	.685	.751
VAR00045	329.99	3795.073	.848	.750
VAR00046	330.01	3800.367	.754	.750
VAR00047	330.06	3799.232	.719	.750
VAR00048	329.99	3803.867	.779	.751
VAR00049	330.06	3799.232	.745	.750

VAR00050	329.99	3812.603	.677	.751
TotalY	166.67	970.814	1.000	.983

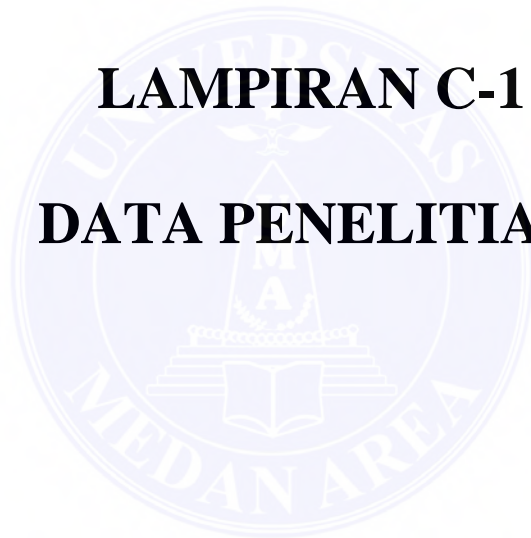
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.756	51





LAMPIRAN C-1
DATA PENELITIAN





LAMPIRAN C-2
HASIL PENELITIAN
UJI NORMALITAS, LINIERITAS,
KORELASI

UJI LINIERITAS

Explore

Descriptives

		Statistic	Std. Error
Self efficacy (X)	Mean	49.93	1.113
	95% Confidence Interval for Mean		
	Lower Bound	49.71	
	Upper Bound	52.15	
	5% Trimmed Mean	50.47	
	Median	50.00	
	Variance	85.421	
	Std. Deviation	9.242	
	Minimum	29	
	Maximum	60	
	Range	31	
	Interquartile Range	18	
	Skewness	-.341	.289
	Kurtosis	-.958	.570

Descriptives

			Statistic	Std. Error
Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Y)	Mean		183.28	3.865
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	175.56	
		Upper Bound	180.99	
	5% Trimmed Mean		175.19	
	Median		174.00	
	Variance		1030.585	
	Std. Deviation		32.103	
	Minimum		99	
	Maximum		208	
	Range		109	
	Interquartile Range		60	
	Skewness		-.363	.289
	Kurtosis		-.922	.570

UJI KORELASI

Correlations

Correlations

		Self efficacy (X)	Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Y)
Self efficacy (X)	Pearson Correlation	1	-.766**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	69	69
Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Y)	Pearson Correlation	-.766**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	69	69

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

UJI NORMALITAS

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Y) *	Between Groups	(Combined)	70045.548	18	3891.419	5685.845	.000
Self efficacy (X)		Linearity	70027.336	1	70027.336	102318.599	.000
		Deviation from Linearity	18.212	17	1.071	1.565	.111
	Within Groups		34.220	50	.684		

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Y) * Self efficacy (X)	Between Groups	(Combined)	70045.548	18	3891.419	5685.845	.000
		Linearity	70027.336	1	70027.336	102318.599	.000
		Deviation from Linearity	18.212	17	1.071	1.565	.111
	Within Groups		34.220	50	.684		
	Total		70079.768	68			

tabel. Hasil *Test for Linearity*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Self efficacy (X)	Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Y)
N		69	69
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	49.93	173.28
	Std. Deviation	9.242	32.103
Most Extreme Differences	Absolute	.228	.230
	Positive	.138	.140
	Negative	-.228	-.230
Kolmogorov-Smirnov Z		1.895	1.909
Asymp. Sig. (2-tailed)		.062	.061

a. Test distribution is Normal.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Self efficacy (X)	Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Y)
N		69	69
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	49.93	173.28
	Std. Deviation	9.242	32.103
Most Extreme Differences	Absolute	.228	.230
	Positive	.138	.140
	Negative	-.228	-.230
Kolmogorov-Smirnov Z		1.895	1.909
Asymp. Sig. (2-tailed)		.062	.061

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.





LAMPIRAN D-1
SKALA SELF EFFICACY

A. IDENTITAS RESPONDEN

1. Nomor responden :
2. Umur :
3. Jenis kelamin :

B. PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER

1. Mohon diisi dengan memberikan tanda cek list (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan
2. Setiap pernyataan hanya memerlukan satu jawaban


C. PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER

1. Untuk pertanyaan Tabel A. Mohon diisi dengan memberikan tanda cek list (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan dimana SS (Sangat Setuju) setuju (S), TS (Tidak Setuju), Sangat Tidak Setuju (STS)
2. Untuk pertanyaan Tabel B. Mohon diisi dengan memberikan tanda cek list (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan dimana SR (Serin) Seelalu (SL), KD (Kadang-kadang), Tidak Pernah (TP)
3. Setiap pernyataan hanya memerlukan satu jawaban

KUESIONER

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
A.	Self efficacy (X)	4	3	2	1
1.	Saya menghindari tugas yang sulit				
2.	Saya lebih dulu mengerjakan soal yang menurut saya mudah				
3.	Saya sering kebingungan saat mengerjakan tugas sendirian				
4.	Saya termotivasi ketika dihadapkan dengan soal yang sulit				
5.	Soal yang menurut saya mudah akan saya kerjakan diawal				
6.	Saat mengerjakan tugas sendirian saya merasa lebih focus				
7.	Saya hanya memilih mempresentasikan materi yang mudah saya pahami				
8.	Saya tenang berbicara di depan umum saat satu kelompok dengan teman-teman dekat saya				

9.	Saya menghindari materi presentase yang sulit saya pahami				
10.	Saya sulit mengemukakan pendapat pada saat teman kelompok saya tidak sesuai dengan yang saya inginkan				
11.	Ketika presentasi saya senang menjawab pertanyaan dari teman-teman				
12.	Saya mampu mengerjakan semua tugas yang diberi				
13.	Saya sudah siap ketika presentasi akan dimulai				
14.	saya berusaha menghindari pertanyaan yang di berikan ketika persentase				
15.	Saya beranggapan semua tugas yang di berikan kepada saya sulit untuk di kerjakan				
16.	Saya gugup ketika saya akan melakukan presentasi				
17.	Dengan sering membahas materi bersama teman kelompok, saya merasa mampu untuk mengemukakan pendapat saya				
18.	Dengan seringnya berinteraksi bersama teman-teman, membuat saya lebih percaya diri berbicara di depan kelas				
19.	Saya kurang percaya diri, walaupun sudah sering membahas materi bersama teman kelompok				
20.	Seringnya berinteraksi dengan teman-teman kelas, tidak menambah rasa percaya diri saya				
21.	Saya terbiasa ketika dihadapkan dengan tugas yang sulit				
22.	Setelah beberapa kali persentase saya mulai tenang dalam menjawab pertanyaan teman-teman dan dosen				
23.	Saya bangga setiap kali dosen meminta saya menerangkan materi didepan kelas				
24.	Tugas yang sulit membuat saya sukar untuk mengerjakannya				
25.	saya terbebani ketika teman saya bertanya walaupun sudah beberapa kali persentase				
26.	Ketika dosen meminta saya menerangkan materi didepan kelas itu merupakan sebuah tekanan kepada saya				
27.	Saya menyelesaikan tugas tepat waktu				
28.	Saya menyelesaikan tugas presentase tanpa bantuan teman-teman				
29.	Saya mengulur waktu dalam menyelesaikan tugas				
30.	Saya sangat butuh teman-teman saya dalam presentase				



LAMPIRAN D-2
SKALA KECEMASAN BERBICARA DI
DEPAN UMUM

A. IDENTITAS RESPONDEN

1. Nomor responden :
2. Umur :
3. Jenis kelamin :

B. PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER

1. Mohon diisi dengan memberikan tanda cek list (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan
2. Setiap pernyataan hanya memerlukan satu jawaban

C. PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER

1. Untuk pertanyaan Tabel A. Mohon diisi dengan memberikan tanda cek list (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan dimana SS (Sangat Setuju) setuju (S), TS (Tidak Setuju), Sangat Tidak Setuju (STS)
2. Untuk pertanyaan Tabel B. Mohon diisi dengan memberikan tanda cek list (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan dimana SR (Serin) Seelalu (SL), KD (Kadang-kadang), Tidak Pernah (TP)

Setiap pernyataan hanya memerlukan satu jawaban

B.	Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Y)	SS	S	TS	STS
	suasana hati	4	3	2	1
1.	Saya sangat kecewa saat semua masalah saya tidak dapat terselesaikan				
2.	Saya merasa cemas jika diberikan tugas yang menurut saya sulit saya kerjakan.				
3.	Saya tetap tenang walaupun masalah yang saya hadapi tidak dapat saya selesaikan.				
4.	Saya akan mengerjakan tugas yang diberikan semampu saya.				
5.	Saya menghindari rutinitas yang membuat saya terbentur masalah				
6.	Masalah membuat pikiran saya kacau				
7.	Jika rutinitas yang saya kerjakan mendapat masalah, maka saya akan menyelesaikannya dengan tenang				
8.	Masalah membuat saya ingin menjadi lebih baik.				
9.	Rutinitas yang padat membuat emosi saya tidak terkontrol				
10.	Dengan meluapkan amarah, saya merasa lebih mudah menyelesaikan masalah				
11.	Saya menyenangi semua rutinitas saya				

12.	Saya lebih tenang menghadapi semua masalah yang saya hadapi				
	Kognitif				
13.	Saya jadi menghayal saat kelas sudah mulai ramai ketika persentasi				
14.	Beberapa materi persentase dapat terlupakan saat persentase hendak dimulai				
15.	Saya gugup ketika harus tampil didepan kelas untuk mengerjakan tugas				
16.	Saya merasa badan tidak bertenaga ketika disuruh maju kedepan kelas				
17.	Saya tetap mengingat materi persentase walaupun kelas begitu ramai				
18.	Saya tetap focus pada bahan persentase saya, saat persentasi akan di mulai				
19.	Saat menyampaikan materi di depan kelas saya mampu untuk menyampaikannya sehingga teman saya dapat mengerti apa yang saya sampaikan				
20.	Pada saat dosen menyuruh saya untuk menyelesaikan tugas didepan saya mampu untuk menyelesaikannya				
21.	Saya menjelaskan materi presentasi diluar materi yang saya pelajari				
22.	Saya sulit mempersentasikan materi ketika suasana kelas dalam keadaan berisik.				
23.	Materi presentasi yang saya sampaikan sesuai dengan yang saya pelajari.				
24.	Suasana tenang memudahkan saya menerima pelajaran				
	Somatik				
25.	Detak jantung saya tidak teratur pada saat berhadapan dengan dosen.				
26.	Karena gugup, saya menghindar agar tidak berbicara didepan kelas.				
27.	Ketika guru memanggil saya untuk tampil di depan kelas, nafas saya menjadi lebih cepat dari biasanya				
28.	Saya merasa nyaman ketika harus tampil di depan kelas untuk mengerjakan tugas.				
29.	Saya dapat berkonsentrasi dengan baik ketika berbicara di depan kelas				
30.	Saya dapat mengendalikan diri ketika harus berbicara dengan orang baru				
31.	Nafas saya menjadi tidak teratur ketika menjawab pertanyaan dosen mengenai topik yang saya sampaikan ketika presentasi.				

32.	Saya banyak menggunakan kata “eeem” sehingga kalimat terputus-putus ketika berbicara di depan kelas.				
33.	Saya tidak dapat mengontrol intonasi suara ketika merasa cemas dalam melakukan presentasi.				
34.	Ketika presentasi saya mampu untuk menyampaikan topik presentasi dengan baik.				
35.	Saat persentase berlangsung saya mudah untuk menyampaikan isi dari persentase saya tersebut.				
36.	Saya dapat mengontrol intonasi suara saya dalam melakukan persentase.				
37.	Saya berkeringat dingin ketika harus berbicara dengan dosen.				
38.	Tangan saya bergetar ketika menyampaikan pendapat didepan kelas.				
39.	Saya takut ketika teman saya memberikan pertanyaan kepada saya pada saat persentase				
40.	Saya merasa senang ketika berbicara berdua dengan dosen saya.				
41.	Ketika persentase berlangsung saya tidak merasakan gugup saat di depan kelas				
42.	Saat teman member pertanyaan saya mampu untuk menjawab pertanyaan dari teman saya.				
	Motorik				
43.	Ketika ada tugas secara lisan saya akan gelisa secara reflek menggoyang goyangkan kaki saya				
44.	Saya memilih lebih sering mengalihkan pandangan Ketika berbicara dengan dosen				
45.	Ketika menunggu giliran saya menjawab tugas secara lisan saya merasa tenang				
46.	Ketika dosen berbicara kepada saya pandangan saya akan focus pada dosen				
47.	Saya berbicara terbata – bata pada saat presentasi				
48.	Saya menghindari menjawab pertanyaan yang diberikan audience				
49.	Saya berbicara dengan tenang pada saat presentasi				
50.	Saya siap untuk menjawab pertanyaan yang diberikan audience				