

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Dunia pendidikan sangat erat kaitannya dengan komunikasi. Tidak adaperilaku pendidikan yang tidak dilahirkan oleh proses komunikasi, baik komunikasi verbal, nonverbal maupun komunikasi melalui media pembelajaran. Bidang pendidikan tidak akan bisa berjalan tanpa dukungan komunikasi (Jourdan dalam Yusuf, 1990). Komunikasi menggambarkan bagaimana seseorang memahami, melihat, dan merasakan tentang dirinya (*sense of self*) serta bagaimana cara individu tersebut berintegrasi dengan lingkungan, dari mengumpulkan dan mempresentasikan informasi, hingga menyelesaikan konflik.

Berbicara, mendengar, dan kemampuan memahami media (*media literacy*) merupakan tiga elemen dari komunikasi. Seorang siswa diharapkan dapat menjadi pembicara, pendengar, dan pelaku media (*media participant*) yang kompeten dalam berbagai *setting* lingkungan, seperti dalam situasi personal dan sosial, di dalam kelas, di tempat kerja, maupun sebagai anggota masyarakat. Di dalam *setting* kelas pada khususnya, esensi dari pada proses belajar mengajar adalah komunikasi yang terdiri dari transaksi verbal dan nonverbal antara guru dan siswa maupun antar para siswa (Connor, 1996).

Elliot, Kratocwill, Littlefield Cook & Travers, (2000) menyatakan bahwa komunikasi memegang peranan dalam pematapan pembelajaran dan perilaku yang diharapkan, hubungan interpersonal antara guru dengan siswa, dan

penyampaian instruksi, termasuk didalamnya bertanya, memuji dan umpan balik individu. Selanjutnya, Arismunandar 2003) mengemukakan bahwa komunikasi dan interaksi di dalam kelas sangat menentukan efektivitas dan mutu pendidikan. Guru yang menjelaskan, siswa yang bertanya, berbicara dan mendengarkan silih berganti, semua itu merupakan bagian penting dari pendidikan.

Komunikasi terdapat di mana-mana, menyentuh segala aspek kehidupan manusia. Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa 70% waktu bangun manusia digunakan untuk berkomunikasi sehingga dapat dikatakan bahwa komunikasi menentukan kualitas kehidupan manusia (Rakhmat, dalam Sahgita dan Suprihatin, 2010). Apollo (dalam Sahgita dan Suprihatin, 2010) menyatakan bahwa kendala komunikasi telah menjadi bagian dari kehidupan manusia, akan tetapi banyak permasalahan yang timbul terkait dengan komunikasi. Salah satu masalah yang banyak dihadapi oleh manusia dalam berkomunikasi adalah kecemasan komunikasi yaitu kecemasan bila dihadapkan pada situasi yang mengharuskannya melakukan komunikasi.

Demi memenuhi tuntutan tersebut, metode pembelajaran di sekolah banyak melakukan sistem diskusi kelompok dan presentasi guna membiasakan siswa berbicara di depan umum. Namun tidak jarang siswa merasa cemas untuk mengungkapkan pikirannya secara lisan, baik pada saat diskusi kelompok, bertanya pada guru, maupun ketika harus berbicara di depan umum maupun di dalam ruangan kelas saat mempresentasikan tugas. Ketiga kegiatan tersebut

menuntut siswa untuk berbicara di depan umum yang merupakan salah satu bentuk dari hambatan komunikasi (*communication apprehension*).

Burgon dan Ruffner (dalam Dewi & Andrianto, 2003) menyatakan *communication apprehension* sebagai suatu reaksi negatif dari individu berupa kecemasan yang dialami individu ketika berkomunikasi, baik komunikasi antar pribadi, komunikasi di depan umum maupun komunikasi masa. McCroskey (dalam Byers & Weber, 1995) mendefinisikan *communication apprehension* sebagai tingkat kecemasan individu yang diasosiasikan dengan salah satu komunikasi, baik komunikasi yang nyata maupun yang diharapkan dengan individu lain maupun dengan orang banyak.

Motley (dalam Byers & Weber, 1995) menegaskan bahwa ketakutan atau kecemasan berbicara di depan umum mungkin adalah bentuk *communication apprehension* yang paling umum. Kecemasan berbicara di depan umum dikatakan sebagai salah satu ketakutan terbesar yang dialami oleh warga Amerika. Motley juga menyatakan bahwa sekitar 85% dari kita mengalami kecemasan yang tidak menyenangkan berkenaan dengan berbicara di depan umum tersebut. Pada 15% sampai 20% mahasiswa Amerika, ketakutan ini melemahkan, dan sangat mengganggu pekerjaan individu.

Selain itu, Flax (dalam Tilton, 2002) menegaskan bahwa berdasarkan penelitian terakhir, masyarakat Amerika menggolongkan berbicara di depan umum sebagai ketakutan terbesar mereka. Tilton (2002) menambahkan dalam kenyataannya, banyak individu yang menyatakan lebih takut untuk berbicara di

depan umum dibanding ketakutan lainnya seperti kesulitan ekonomi, menderita satu penyakit bahkan ketakutan terhadap kematian.

Penelitian mengindikasikan bahwa seseorang yang memiliki tingkat kecemasan berbicara yang tinggi biasanya tidak dianggap secara positif oleh orang lain (McCroskey dalam Byers & Weber, 1995). Mereka dianggap tidak responsif, tidak komunikatif, sulit untuk mengerti, tidak memiliki keterkaitan sosial dan seksual, tidak kompeten, tidak dapat dipercaya, tidak berorientasi pada tugas, tidak suka bergaul, tidak suka menjadi pemimpin dan tidak produktif dalam kehidupan profesionalnya (Merrill; Mulac & Sherman; McCroskey & Richmond, dalam Byers & Weber, 1995). Intinya adalah bahwa kecemasan berbicara menghasilkan pengaruh yang negatif terhadap kehidupan ekonomi, akademis, politik, dan sosial individu (McCroskey dalam Byers & Weber, 1995).

Hal senada juga disampaikan oleh Bandura (1997) bahwa individu yang mengalami kecemasan menunjukkan ketakutan dan perilaku menghindar yang sering mengganggu performansi dalam kehidupan mereka, begitu pula dalam situasi akademis. Lebih lanjut, Elliot, dkk (2000) menyatakan bahwa siswa sering mengalami kecemasan saat akan menghadapi ujian ataupun pada saat harus berbicara di depan orang banyak, dan kecemasan tersebut akan mempengaruhi performansinya. Ericson dan Gardner (dalam Tussey, 2002) menambahkan bahwa kecemasan terbukti menimbulkan banyak efek yang merugikan terhadap siswa di dalam kelas.

Kecemasan berbicara di depan umum yang terjadi pada diri individu bisa disebabkan oleh berbagai macam hal. Menurut Geist (dalam Gunarsa, 2000) kecemasan tersebut dapat bersumber dari berbagai hal seperti tuntutan sosial yang berlebihan dan tidak mau atau tidak mampu dipenuhi oleh individu yang bersangkutan, standar prestasi individu yang terlalu tinggi dengan kemampuan yang dimilikinya seperti kekurangsiapan untuk menghadapi situasi yang ada, pola berpikir dan persepsi negatif terhadap situasi atau diri sendiri. Beberapa penelitian bahkan menghubungkan kecemasan berbicara dengan karakteristik individu. MacIntyre dan Thivierge misalnya, mereka menemukan bahwa ciri umum kestabilan emosi, dan intelektualitas secara signifikan berhubungan dengan kecemasan berbicara di depan umum (dalam Roach, 1999).

Ketika merasa cemas ataupun ketika dihadapkan dengan situasi-situasi yang menekan, individu akan mengalami gejala-gejala fisik Maupun psikologis. Nevi, dkk (1997) menyatakan bahwa kecemasan berbicara di depan umum biasanya ditandai dengan gejala fisik seperti tangan berkeringat, jantung berdetak lebih cepat, dan kaki gemeteran. Gitomer dan Plourde (dalam Boyce, dkk. 2007) menambahkan bahwa mual, berkeringat, lutut lemas, dan mulut kering adalah simptom-simptom yang diasosiasikan dengan ketakutan pada saat berdiri di hadapan publik.

Di samping itu, kecemasan berbicara di depan umum juga ditandai dengan adanya gejala-gejala psikologis, seperti takut akan melakukan kesalahan, tingkah laku yang tidak tenang, dan tidak berkonsentrasi dengan baik (Matindas,

2003). Individu yang merasa cemas baik secara psikis maupun biologis, dalam dirinya akan terjadi gangguan antisipasi atau harapan pada masa yang akan datang. Keadaan ini ditandai dengan adanya rasa khawatir, gelisah, dan perasaan akan terjadi sesuatu hal yang tidak menyenangkan dan individu menjadi tidak mampu menemukan penyelesaian terhadap masalahnya (Hurlock, 1997).

Berdasarkan observasi yang didapat bahwa siswa MAN Simpanggambir mengalami kecemasan berbicara di depan umum. Hal ini dapat dilihat seperti sulitnya untuk mengemukakan pendapat, tidak mau bertanya disebabkan karena kurangnya komunikasi antar siswa, juga karena sulitnya alat komunikasi dikampung, seperti minimnya untuk mengakses internet, siswanya juga banyak pendatang dari luar kampung dan sebagai siswapun sulit untuk berintegrasi dengan lingkungan baru. Dengan fenomena seperti di atas akhirnya peneliti ingin melihat kenapa siswa tersebut mengalami kecemasan berbicara di depan umum, karena banyak faktor yang menyebabkan siswa sulit berkomunikasi di depan umum salah satunya adalah efikasi diri.

Penanganan kecemasan antara satu individu dengan individu lainnya dapat berbeda tergantung pada penilaian pribadi individu terhadap kemampuan yang dimilikinya yang disebut dengan efikasi diri (Sarafino, 1994). Bandura (1997) mendefinisikan efikasi diri sebagai keyakinan individu bahwa ia dapat menguasai situasi dan memperoleh hasil yang positif. Penilaian seseorang terhadap efikasi diri memainkan peranan besar dalam hal bagaimana seseorang melakukan pendekatan terhadap berbagai sasaran, tugas, dan tantangan.

Ketika menghadapi tugas yang menekan, dalam hal ini berbicara di depan umum, keyakinan individu terhadap kemampuan mereka (efikasi diri) akan mempengaruhi cara individu dalam bereaksi terhadap situasi yang menekan (Bandura, 1997). Menurut Prakosa (1996) keyakinan terhadap diri sendiri sangat diperlukan oleh pelajar. Keyakinan ini akan mengarahkan kepada pemilihan tindakan, pengerahan usaha, serta keuletan individu. Keyakinan yang didasari oleh batas-batas kemampuan yang dirasakan akan menuntun kita berperilaku secara mantap dan efektif.

Tingginya efikasi diri yang dimiliki akan memotivasi individu secara kognitif untuk bertindak lebih bertahan dan terarah terutama apabila tujuan yang hendak dicapai merupakan tujuan yang jelas. Tidak mengherankan apabila ditemukan hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan prestasi dan performansi individu tersebut (Bandura, 1997).

Lebih lanjut, Bandura (1997) menyatakan bahwa efikasi diri berguna untuk melatih kontrol terhadap stressor, yang berperan penting dalam keterbangkitan kecemasan individu yang percaya bahwa mereka mampu mengadakan kontrol terhadap ancaman tidak mengalami keterbangkitan kecemasan yang tinggi. Sebaliknya mereka yang percaya bahwa mereka tidak dapat mengatur ancaman, mengalami keterbangkitan kecemasan yang tinggi.

Pendapat yang sama dikemukakan juga oleh Feist & Feist (2002), bahwa ketika seseorang mengalami ketakutan yang tinggi, kecemasan yang takut atau tingkat stress yang tinggi, maka biasanya mereka mempunyai efikasi diri yang

rendah. Sementara mereka yang memiliki efikasi diri yang tinggi merasa mampu dan yakin terhadap kesuksesan dan mengatasi rintangan dan menganggap ancaman sebagai suatu tantangan yang tidak perlu dihindari.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan antara efikasi diri akademik dengan kecemasan berbicara di depan umum pada remaja MAN Simpanggampir.

### **B. Identifikasi Masalah**

Identifikasi permasalahan yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

Pada siswa yang memiliki efikasi diri tinggi percaya bahwa mereka dapat menanggulangi kejadian dan situasi secara efektif. Siswa mempunyai kepercayaan diri yang tinggi berkaitan dengan kemampuan siswa dibandingkan dengan siswa yang memiliki efikasi diri rendah, dan siswa hanya menunjukkan sedikit keraguan terhadap diri sendiri. Siswa melihat kesulitan yang ada adalah sebagai sesuatu yang menantang, dibandingkan sebagai sesuatu yang mengancam, siswa juga secara aktif selalu berusaha menemukan situasi-situasi baru. Tingginya efikasi diri menurunkan rasa takut akan kegagalan, meningkatkan cara penyelesaian masalah, dan kemampuan berpikir analitis.

### **C. Batasan Masalah**

Efikasi diri dirumuskan sebagai keyakinan dan evaluasi diri dari individu atas segala kemampuannya untuk keberhasilan dalam berbicara di depan umum. Kecemasan berbicara di depan umum yang didefinisikan sebagai kondisi

individu yang merasa cemas dalam menghadapi situasi komunikasi, khususnya komunikasi didepan umum.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, peneliti merumuskan permasalahan yang ingin diketahui dari penelitian ini adalah,Apakah ada “Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada remajaMAN Simpanggambir”.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan kecemasan berbicara di depan umum pada remajaMAN Simpanggambir.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini antara lain:

##### **1. Manfaat Praktis**

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini adalah:

- a. Pihak sekolah dapat mengetahui tingkat efikasi diri dan tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada remajaMANSimpanggambir. Hal ini berguna dalam memberikan pembinaan pada siswa dalam mengembangkan efikasi diri dan mengurangi kecemasan berbicara di depan umum.
- b. Penelitian ini berguna sebagai input bagi siswa tentang efikasi diri dan kecemasan berbicara di depan umum, sehingga diharapkan dapat dimanfaatkan dalam pengembangan diri siswa terutama dalam

meningkatkan efikasi diri dan mengurangi kecemasan berbicara di depan umum.

## 2. Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan informasi kepada lembaga pendidikan yang menyiapkan siswa untuk bisa meningkatkan efikasi diri siswa agar tidak mengalami kecemasan berbicara di depan umum. Selain itu, kepada siswa yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum agar dapat menjadi bahan masukan guna mengevaluasi efikasi dirinya, sehingga tidak mengalami kecemasan berbicara di depan umum pada siswa.

