

**PENGARUH *SELF EFFICACY* DAN *REINFORCEMENT* TERHADAP
KECEMASAN DALAM KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA
MAHASISWA PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
(BKI) IAIN LANGSA**

TESIS

OLEH :

**RIZNA AZRI MELDA
151804088**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2017**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 21/10/25

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

Access From (repository.uma.ac.id)21/10/25

**PENGARUH *SELF EFFICACY* DAN *REINFORCEMENT* TERHADAP
KECEMASAN DALAM KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA
MAHASISWA PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
(BKI) IAIN LANGSA**

TESIS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Psikologi pada
Program Pascasarjana Universitas Medan Area



OLEH :

**RIZNA AZRI MELDA
151804088**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2017**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

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

Document Accepted 21/10/25

Access From (repository.uma.ac.id)21/10/25

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

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh *Self Efficacy* Dan *Reinforcement* Terhadap
Kecemasan Dalam Komunikasi Interpersonal Pada
Mahasiswa Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam (BKI)
IAIN Langsa

Nama : Rizna Azri Melda

NPM : 151804088

Menyetujui

Pembimbing I

Prof. Dr. Lahmuddin Lubis, M.Ed

Pembimbing II

Zuhdi Budiman S.Psi, M.Psi

**Ketua Program Studi
Magister Psikologi**

Prof. Dr. Sri Milfayetty, MS. Kons

Direktur

Prof. Dr. Ir. Retna Astuti Kuswardani, MS

Telah di Uji pada Tanggal September 2017

Nama : Rizna Azri Melda

NPM : 151804088

Panitia Penguji Tesis :

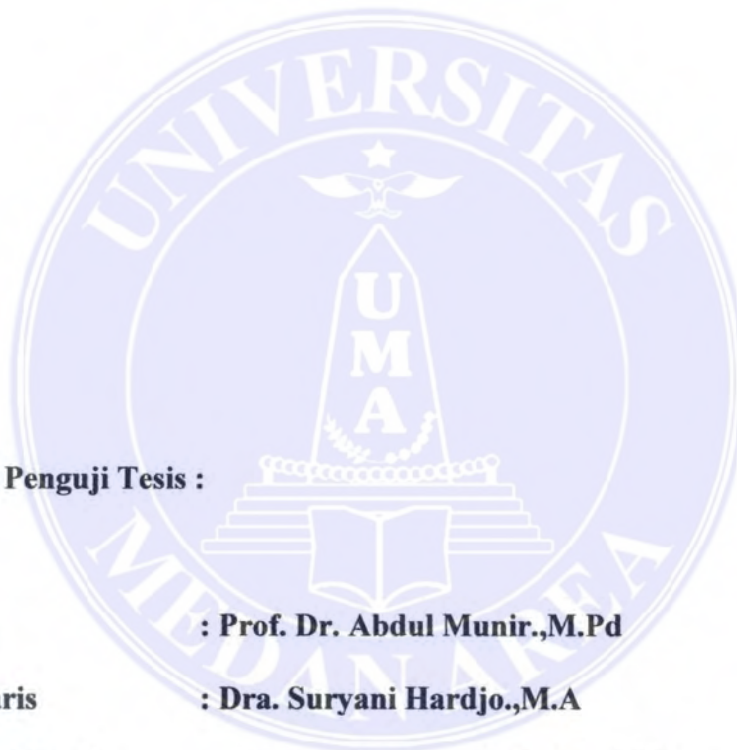
Ketua : Prof. Dr. Abdul Munir.,M.Pd

Sekretaris : Dra. Suryani Hardjo.,M.A

Pembimbing I : Prof. Dr. Lahmuddin Lubis.,M.Ed

Pembimbing II : Zuhdi Budiman, S.Psi.,M.Psi

Penguji Tesis : Cut Metia, S.Psi.,M.Psi



HALAMAN PERNYATAAN

Besama ini saya menyatakan bahwa selama melakukan penelitian dan dalam membuat laporan penelitian, saya tidak melanggar etika akademik seperti penjiplakan, pemalsuan data, dan manipulasi data. Jika pada saat ujian tesis saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya sanggup menerima sanksi dari dewan penguji. Apabila dikemudian hari saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya sanggup menerima konsekuensi berupa pencabutan gelar kemaagisteran yang telah saya peroleh.

Medan, Agustus 2017



Rizna Azri Melda

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tesis yang berjudul “Pengaruh Self Efficacy Dan Reinforcement Terhadap Kecemasan Dalam Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam (BKI) lain Langsa”.

Tesis ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Magister Psikologi pada Program Pascasarjana Universitas Medan Area.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah membimbing dan mengarahkan penulis dalam pembuatan tesis ini.

Penulis menyadari bahwa tesis ini masih banyak kekurangannya, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis membuka diri untuk menerima saran maupun kritika yang konstruktif, dari para pembaca demi penyempurnaannya dalam upaya menambah khasanah pengetahuan dan bobot dari tesis ini. Semoga tesis ini dapat bermanfaat, baik bagi perkembangan ilmu pengetahuan maupun bagi dunia pendidikan dan pemerintah.

Medan, Agustus 2017

Rizna Azri Melda

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur Penulis sanjungkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tesis yang berjudul **"PENGARUH *SELF EFFICACY* DAN *REINFORCEMENT* TERHADAP *KECEMASAN DALAM KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA MAHASISWA PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM (BKI) IAIN LANGSA*".** Tesis ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Magister Psikologi pada Program Pascasarjana Universitas Medan Area.

Dalam penyusunan Tesis ini penulis telah banyak mendapatkan bantuan materil maupun dukungan moril da membimbing (penulis) dari berbagai pihak. Untuk itu penghargaan dan ucapan terimakasih disampaikan kepada Bapak/Ibu :

1. Prof. Dr. H.A. Yakub Matondang, MA selaku Rektor Universitas Medan Area.
2. Prof. Dr. Ir. Hj. Retna Astuti Kuswardani, MA selaku Direktur Pascasarjana Universitas Medan Area.
3. Prof. Dr. Sri Milfayetty, MS. Kons sekalu Ketua Program Studi Psikologi Pascasarjana Universitas Medan Area.
4. Dra. Suryani Hardjo, M.A selaku sekretaris dewan sidang Pascasarjana Universitas Medan Area yang telah memberikan masukan dan ide terhadap penulisan tesis ini.

5. Prof. Dr. Lahmuddin Lubis, M.Ed selaku dosen pembimbing I, yang telah membimbing dan bersedia meluangkan waktu, pikiran, ide dan saran ditengah-tengah kesibukan beliau.
6. Zuhdi Budiman, S.Psi., M.Psi selaku dosen pembimbing II, yang telah membimbing dan bersedia meluangkan waktu, pikiran, ide dan saran ditengah-tengah kesibukan beliau.
7. Cut Metia.,S.Psi.,M.Psi selaku Penguji Sidang yang telah memberikan ide dan saran kepada penulis demi kesempurnaan Tesis ini.
8. Seluruh Dosen Program Studi Magister Psikologi Universitas Medan Area atas ilmu yang telah diberikan selama Penulis menjadi mahasiswi.
9. Kedua Orang Tua saya, Bapak Zainal serta Ibu Zuraidah yang telah memberikan dukungan, doa dan kasih sayang yang tiada hentinya hingga Penulis dapat menyelesaikan Tesis ini.
10. Suami dan anak sematawayangku M.Alif Khanzaki yang telah menjadi penyemangat terbesar penulis untuk menyelesaikan penulisan tesis ini.
11. Kakak saya Ria Azraini SH, abang saya Riezaldy ST dan Rizki yang telah memberikan dukungan dan doa hingga Penulis dapat menyelesaikan Tesis ini.
12. Drs. H Basri Ibrahim selaku Ketua Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga Prodi BKI IAIN Langsa yang telah memberikan kesempatan kepada Penulis untuk melakukan penelitian.
13. Seluruh mahasiswa prodi BKI IAIN Langsa khususnya kepada adik-adik yang menjadi responden dalam penelitian ini, yang telah bersedia meluangkan waktu dalam pengambilan data penelitian.

14. Seluruh staf/pegawai Pascasarjana Universitas Medan Area yang telah sabar dalam melayani dan memberikan kelancaran administrasi.
15. Teman-teman seperjuangan angkatan 2015 khususnya semua teman-teman di kelas A yang sama-sama bimbingan dan tetap saling memberi dukungan dan semangat satu sama lain sehingga kita semua bisa sama-sama selesai dan wisuda bareng.
16. Teman seperjuanganku Intan Juwita, S.Pd.,M.Psi terimakasih untuk waktu dan dukungannya yang telah diberikan kepada Penulis untuk selalu bersemangat untuk menyelesaikan penulisan tesis ini.

Penulis menyadari bahwa Tesis ini masih banyak kekurangannya, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis membuka diri untuk menerima saran maupun kritikan yang konstruktif, dari para pembaca demi penyempurnaannya dalam upaya menambah khasanah pengetahuan dan bobot dari Tesis ini. Semoga Tesis ini dapat bermanfaat,

Medan, Agustus 2017

Penulis

Rizna Azri Melda

ABSTRAK

RIZNA AZRI MELDA. Pengaruh *Self Efficacy* dan *Reinforcement* Terhadap Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Langsa. Magister Psikologi Universitas Medan Area. 2017

Penelitian yang berjudul “Pengaruh *Self Efficacy* dan *Reinforcement* terhadap Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam(BKI) IAIN Langsa” Pengambilan sampel menggunakan teknik *stratified sampling* dengan menggunakan rumus *slovin* sehingga diperoleh sampel dengan jumlah 77 mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan: 1) Ada pengaruh signifikan negatif antara *Self Efficacy* dengan Kecemasan dalam berkomunikasi interpersonal dimana koefisien $r_{x1y} = -0.599$ dengan $p = 0.000$, hal ini berarti semakin tinggi *Self efficacy* maka semakin rendah Kecemasan. Koefisien r kuadrat *Self efficacy* dengan variabel terikat Kecemasan adalah sebesar $r^2 = 0,359$. Ini menunjukkan bahwa Kecemasan dibentuk oleh *Self efficacy* dengan kontribusi sebesar 35.90%.2) Ada pengaruh signifikan negatif antara *Reinforcement* dengan Kecemasan, dimana koefisien $r_{x2y} = -0.648$ dengan $p = 0.000$, hal ini berarti semakin tinggi *reinforcement* maka semakin rendah Kecemasan. 3) Terdapat pengaruh signifikan negatif antara *self efficacy* dan *reinforcement* terhadap kecemasan dalam komunikasi interpersonal dimana Koefisien r kuadrat *reinforcement* dengan variabel terikat Kecemasan adalah sebesar $r^2 = 0,420$. Ini menunjukkan bahwa Kecemasan dibentuk oleh *Reinforcement* dengan kontribusi sebesar 42.00%. Ini menunjukkan bahwa Kecemasan dibentuk oleh *Self efficacy* dan *Reinforcement* dengan kontribusi sebesar 42.10%.

Kata Kunci: *Self Efficacy*, *Reinforcement*, Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal

ABSTRACT

RIZNA AZRI MELDA. Effect of Self Efficacy and Reinforcement on Anxiety in Interpersonal Communication on Student of Islamic Counseling Study Program (BKI) IAIN Langsa. Magister Psychology University Medan Area. 2017

The research is titled "Effect of Self Efficacy and Reinforcement on Anxiety in Interpersonal Communication on Student of Islamic Counseling Study Program (BKI) IAIN Langsa". Sampling using stratified sampling technique using slovin formula so that the sample obtained with the number of 77 students. The results showed: 1) There is a significant negative influence between Self Efficacy with anxiety in communicating interpersonal where coefficient $r_{x1y} = -0.599$ with $p = 0.000$, this means the higher the self efficacy the more the lower the anxiety. Coefficient r squared Self efficacy with dependent variable Anxiety is equal to $r^2 = 0.359$. This shows that Anxiety is formed by Self efficacy with a contribution of 35.90%. 2) There is a significant negative effect between Reinforcement with Anxiety, where the coefficient $r_{x2y} = -0.648$ with $p = 0.000$, this means the higher the reinforcement the more the lower the anxiety. 3) There is a significant negative influence between self efficacy and reinforcement to anxiety in interpersonal communication where Coefficient r squared reinforcement with dependent variable Anxiety is equal to $r^2 = 0.420$. This shows that Anxiety is formed by Reinforcement with contribution of 42.00%. This shows that Anxiety is formed by Self efficacy and Reinforcement with a contribution of 42.10%.

Keywords: Self Efficacy, Reinforcement, Anxiety in Interpersonal Communication

DAFTAR ISI

	<i>Halaman</i>
HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
SURAT PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK.....	viii
ABSTRAK BAHASA INGRIS.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB IPENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah	7
1.3. Rumusan Masalah	8
1.4. Tujuan Penelitian.....	9
1.5. Manfaat Penelitian.....	9
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1. Kerangka Teori.....	11
2.1.1 Kecemasan Dalam Komunikasi Interpersonal	11
2.1.2 Self Efficacy	22
2.1.3 Reinforcement	32
2.2. Kerangka Konseptual	45
2.3. Hipotesis.....	45
 BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Desai Penelitian	47
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	47
3.3 Identifikasi Variabel Penelitian	47
3.4 Definisi Operasional Variabel Penelitian	48
3.5 Populasi dan Sampel	50
3.6 Teknik Pengumpulan Data	53

3.7 Prosedur Penelitian.....	54
3.8 Teknik Analisa data.....	56
 BAB IV PELAKSANAAN, HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Orientasi Kancan.....	58
4.2 Persiapan Penelitian	59
4.3 Pelaksanaan Penelitian	67
4.5 Analisis Data dan Hasil Penelitia	68
4.6 Pembahasan	76
 BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan.....	81
5.2 Saran.....	82
 DAFTAR PUSTAKA	 84
LAMPIRAN	88



DAFTAR TABEL

Tabel 1 Klasifikasi Jumlah Sampel Berdasarkan Masing-Masing Angkatan

Tabel 2 Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Self Efficacy
Sebelum Uji Coba

Tabel 3 Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Reinforcement
Sebelum Uji Coba

Tabel 4 Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Kecemasan Sebelum
Uji Coba

Tabel 5 Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Self Efficacy
Sesudah Uji Coba

Tabel 6 Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Reinforcement
Sesudah Uji Coba

Tabel 7 Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Kecemasan Sesudah
Uji Coba

Tabel 8 Perbandingan Nilai Rata-Rata Hipotetik Dan Empirik

Tabel 9 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran

Tabel 10 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas Pengaruh

Tabel 11 Rangkuman Perhitungan Multiple Reggresiom

Tabel 12 Coofficients

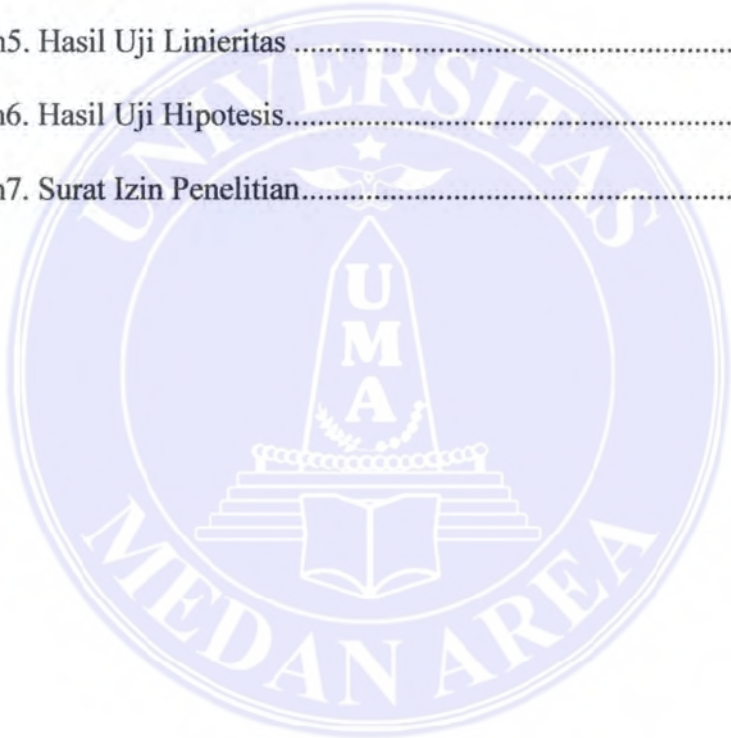
DAFTAR GAMBAR

	<i>Halaman</i>
Gambar 1. Kerangka Konseptual	45



DAFTAR LAMPIRAN

	<i>Halaman</i>
Lampiran 1.Skala Penelitian	88
Lampiran2. Data Mentah Penelitian.....	96
Lampiran3. Hasil Uji Coba Validitas dan Reliabilitas Skala Penelitian	114
Lampiran4. Hasil Uji Normalitas	121
Lampiran5. Hasil Uji Linieritas	127
Lampiran6. Hasil Uji Hipotesis.....	132
Lampiran7. Surat Izin Penelitian.....	



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kegiatan komunikasi menyentuh segala aspek dalam kehidupan manusia. Manusia membutuhkan komunikasi untuk menggambarkan bagaimana seseorang memahami, mendengar, melihat, merasakan serta berinteraksi dengan dirinya dan lingkungannya. Komunikasi yang dilakukan oleh seseorang mempengaruhi hubungannya dengan orang lain, termasuk bagaimana perilaku yang ditunjukkannya kepada lawan komunikasi yang dilakukannya.

Salah satu bentuk komunikasi yang paling dominan dilakukan oleh seseorang adalah komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal merupakan komunikasi yang dilakukan oleh individu dengan individu lain di luar dirinya. Komunikasi interpersonal menggambarkan bagaimana seseorang berinteraksi dengan orang lain. Adapun bentuk komunikasi interpersonal dapat berwujud dalam bentuk verbal dan nonverbal. Semua orang menggunakan kemampuan komunikasinya untuk menyampaikan ide atau gagasannya, pengetahuan, konsep, tanggapan, persepsi dan lain-lainnya kepada orang lain.

Begitu juga pada mahasiswa, salah satu *skill* yang harus dikuasai mahasiswa adalah kemampuan komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal merupakan kegiatan komunikasi yang dilakukan oleh mahasiswa dengan orang lain baik itu dengan sesama mahasiswa, dosen, staff administrasi, kepala instansi tempat tugas praktik, maupun dalam masyarakat yang lebih luas. Dengan kemampuan komunikasi interpersonal yang baik, mahasiswa mampu menyampaikan ide, gagasan dan

pengetahuan, tujuan atau maksudnya kepada orang lain. Terutama bagi mahasiswa bimbingan konseling, kemampuan komunikasi interpersonal sangatlah memainkan peran penting dalam setiap kegiatan yang dilakukan.

Kemampuan komunikasi interpersonal adalah senjata utama calon konselor dalam mengkomunikasikan kegiatan layanan yang dilakukannya baik itu kepada konseli, maupun kepada pihak-pihak lain yang dilibatkan untuk menunjang keberhasilan proses layanan yang dilakukan. Keberhasilan proses pemberian layanan bimbingan konseling salah satunya ditentukan oleh kemampuan komunikasi interpersonal konselornya. Seorang konselor yang memiliki kemampuan komunikasi yang baik, cenderung lebih mudah menjalankan kegiatan pelayanan yang efektif dan efisien.

Sejalan dengan hal tersebut mahasiswa bimbingan konseling dituntut untuk memiliki kemampuan berkomunikasi interpersonal yang efektif. Apabila komunikasi interpersonal yang dilakukan oleh mahasiswa BK lemah, maka lemah pula penyampaian pesan yang dilakukannya. Latihan pengalaman untuk mengasah kemampuan komunikasi interpersonal dapat dalam ruang lingkup yang lebih kecil khususnya ketika berkomunikasi dengan orang lain pada kegiatan formal baik di dalam perkuliahan maupun di luar perkuliahan. Kegiatan komunikasi pada situasi formal dalam perkuliahan misalnya: presentasi tugas, mensimulasikan kegiatan layanan BK dan berkonsultasi dengan dosen maupun diskusi belajar. Sedangkan kegiatan komunikasi interpersonal yang bersifat formal di luar perkuliahan misalnya menyampaikan pesan ketika melakukan tugas praktik lapangan dengan instansi dan

personil tempat praktik dan mempraktikkan kegiatan pelayanan BK kepada siswa di tempat praktik.

Kenyataannya banyak mahasiswa yang memiliki kecemasan dalam kegiatan komunikasi interpersonal, baik dalam proses belajar di perkuliahan maupun dalam suasana formal di luar perkuliahan. Sebuah penelitian di Amerika yang dilakukan Hunt dan kawan-kawan (Rakhmat, 2008:109), menyatakan bahwa "10-20 persen mahasiswa Amerika menderita kecemasan komunikasi". Data ini menunjukkan bahwa kecemasan yang terjadi dalam kegiatan komunikasi merupakan hal yang mengkhawatirkan karena adanya kesenjangan antara harapan kepada mahasiswa dengan keadaan yang terjadi lapangan. Hasil penelitian di atas juga menunjukkan bahwa kecemasan mengakibatkan komunikasi yang tidak efektif, sehingga menimbulkan gangguan penyampaian pesan dalam kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa.

Hasil penelitian di atas juga didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Ririn dkk (2013: 275) pada mahasiswa Bimbingan konseling UNP, yang menunjukkan bahwa umumnya kecemasan berbicara di depan umum yang merupakan bagian dari kegiatan komunikasi interpersonal pada mahasiswa Bimbingan konseling berada pada kategori tinggi yaitu sekitar 42,65% dari keseluruhan responden dalam penelitiannya. Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa kecemasan menjadi hal yang perlu diperhatikan, terutama dalam komunikasi interpersonal pada mahasiswa Bimbingan konseling.

Berdasarkan amatan peneliti pada studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada 12 mahasiswa bimbingan konseling dari angkatan 2012, 2013 dan 2014,

peneliti memperoleh data bahwa mahasiswa BK mengalami kecemasan dalam komunikasi. Peneliti melakukan wawancara singkat tentang kecemasan dalam komunikasi interpersonal yang dihadapi oleh mahasiswa. Hasil wawancara dengan 12 mahasiswa, 7 dari mereka mengaku mengalami kecemasan dalam berkomunikasi dengan orang lain dan dalam menyampaikan pesan baik dalam perkuliahan maupun ketika ditugaskan pada praktik di lapangan. Selanjutnya, hal ini juga didukung pada amatan peneliti dalam proses belajar mahasiswa bimbingan konseling angkatan 2012 dan angkatan 2013 khususnya. Banyak mahasiswa gemetar dan berkeringat ketika harus mempresentasikan karya tulisnya di depan kelas.

Mahasiswa yang merasa tidak memiliki kemampuan diri akan mengalami kecemasan bila dihadapkan pada komunikasi dengan orang lain. Wujud kecemasannya dapat dilihat dengan gerak tubuh yang kaku, penyampaian gagasan yang tidak sistematis, gemetaran dan tidak berani melihat wajah pendengarnya, tidak tau apa yang harus disampaikan, dan lupa akan pesan yang ingin disampaikan kepada lawan bicara, dan bahkan menghindari situasi komunikasi interpersonal yang harus dilakukannya. Kondisi kecemasan tersebut membuat mahasiswa menjadi ragu dalam menjawab pertanyaan dan merespon lawan bicaranya bahkan ada mahasiswa yang mengaku lebih baik diam dari pada menjawab tapi salah. Contoh lain, pada saat presentasi tugas kelompok, mahasiswa juga saling menghindar ketika mendapat kesempatan menjadi presenternya dengan alasan dirinya takut salah ucap dan penampilannya tidak bagus saat berbicara di depan kelas.

Pada dasarnya, kecemasan yang dialami oleh seseorang merupakan hal yang wajar sejauh tidak menjadi hambatan dalam melakukan kegiatannya. Begitu pula

kecemasan dalam komunikasi interpersonal yang dialami mahasiswa dianggap wajar apabila kecemasan berfungsi sebagai pendorong untuk melakukan kegiatan komunikasi interpersonal dengan efektif. Namun kecemasan dalam komunikasi interpersonal menjadi hal yang tidak wajar pada mahasiswa apabila menjadi penghambat dalam melakukan kegiatan, contohnya kecemasan yang dialami oleh mahasiswa menyebabkan mahasiswa gugup sehingga tidak mampu menyampaikan pesan dengan baik yang berakibat tidak optimalnya kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa.

Philips (Ririn, dkk. 2013: 274) menyebutkan bahwa kecemasan berbicara dikenal dengan istilah *reticence*, yaitu ketidakmampuan individu untuk mengembangkan percakapan yang bukan disebabkan oleh kurangnya pengetahuan akan tetapi karena adanya ketidakmampuan menyampaikan pesan secara sempurna, ketidakmampuan mengungkapkan keinginan, perasaan, mengekspresikan apa yang ada dalam diri individu, menjadi suatu masalah baru yang sulit untuk diselesaikan, sehingga individu memerlukan sebuah pengalaman, kemampuan dan keterampilan yang berdampak pada kemampuan akademik yaitu keterampilan berkomunikasi. Keterampilan komunikasi tidak hanya sebatas menerima atau menyampaikan informasi, tetapi juga termasuk di dalamnya menggali informasi.

Kecemasan dalam komunikasi interpersonal merupakan kekhawatiran yang terjadi pada mahasiswa Bimbingan konseling bukan diakibatkan karena tidak memiliki pengetahuan tentang sesuatu yang dikomunikasikan, melainkan karena ketidakyakinan akan kemampuan yang dimilikinya. Salah satunya merasa khawatir jika melakukan kesalahan, merasa jadi pusat perhatian, merasa rendah diri, dan

merasa lemah ketika menghadapi tuntutan lingkungan. Kecemasan yang terjadi pada mahasiswa bimbingan konseling dapat menjadi hambatan besar untuk menjadi konselor yang profesional nanti. Melihat permasalahan di atas, maka salah satu alternatif yang dapat dilakukan adalah dengan menggantikan pemikiran dan perasaan yang destruktif tentang perasaan ketidakberdayaan pada mahasiswa dengan pemikiran yang konstruktif, salah satu bentuknya adalah meningkatkan *self efficacy* dan *reinforcement* pada mahasiswa bimbingan konseling (Sahidun: 2013). *Self efficacy* merupakan keyakinan diri pada yang mahasiswa untuk dapat melakukan sesuatu dengan baik atau tidak.

Menurut Bandura (Adicondro, 2011:19) “*self efficacy* berpengaruh terhadap perilaku”. *Self efficacy* merupakan hal yang berpengaruh dalam meredakan kecemasan. Salah satunya adalah kecemasan dalam komunikasi interpersonal. Semakin tinggi *self efficacy* seseorang maka akan semakin rendah tingkat kecemasannya, sebaliknya semakin rendah *self efficacy* seseorang maka akan semakin tinggi tingkat kecemasannya. Individu memerlukan *self efficacy* untuk menguatkan dirinya agar mengontrol perilakunya sendiri. Dengan *self efficacy* seorang individu juga dapat memprediksikan tujuan yang diinginkannya.

Sedangkan *reinforcement* merupakan unsur peting dalam komunikasi, karena penguatan itu akan memperkuat perilaku. Sedangkan penguatan (*reinforcement*) dalam kamus Oxford Learning's Dictionary adalah “Act of making something stronger” secara garis besar berarti upaya untuk menjadikan sesuatu lebih kuat.

Djamarah (2005:118). mengatakan bahwa penguatan tingkah laku individu dapat dilakukan dengan penguatan. Selain itu, J Bruner dalam Siameto (2010:12), menyatakan bahwa dalam komunikasi harus memberi *reinforcement* dan umpan balik (*feedback*) yang optimal pada saat individu mengalami kecemasan dalam komunikasi interpersonalnya. Hal ini berarti pemberian penguatan atau *reinforcement* sangat penting dalam mengurangi kecemasan dalam komunikasi interpersonal.

Menurut beberapa pandangan di atas, peneliti menduga bahwa *self efficacy* dan *reinforcement* merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kecemasan yang dialami oleh mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling dalam kegiatan komunikasi interpersonal.

1.2 Identifikasi Masalah

Self efficacy merupakan hal yang berpengaruh dalam meredakan kecemasan. Salah satunya adalah kecemasan dalam komunikasi interpersonal. Semakin tinggi *self efficacy* seseorang maka akan semakin rendah tingkat kecemasaannya, sebaliknya semakin rendah *self efficacy* seseorang maka akan semakin tinggi tingkat kecemasaannya. Individu memerlukan *self efficacy* untuk menguatkan dirinya agar mengontrol perilakunya sendiri. Dengan *self efficacy* seorang individu juga dapat memprediksikan tujuan yang diinginkannya.

Menurut Sri Esti Wuryai (467), *Reinforcer* dalam istilah psikologi adalah suatu konsekuensi yang menambah perilaku. Individu yang menerima *reinforcement* positif dalam komunikasi akan dapat mengurangi kecemasan komunikasi, sedangkan

individu jarang diberikan kesempatan untuk melakukan komunikasi dan tidak didorong untuk berkomunikasi akan mengembangkan sikap negatif mengenai komunikasi sehingga muncul kecemasan komunikasi.

Untuk menjawab seberapa besar pengaruh *self efficacy* dan *reinforcement* terhadap kecemasan dalam komunikasi interpersonal yang dialami oleh mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling perlu dilakukan studi lebih mendalam. Oleh karena itu penelitian ini mengkaji bagaimana pengaruh *self efficacy* dan *reinforcement* terhadap kecemasan dalam komunikasi interpersonal pada mahasiswa bimbingan konseling.

1.3 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat pengaruh *self efficacy* terhadap kecemasan dalam komunikasi interpersonal pada mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Langsa ?
2. Apakah terdapat pengaruh *reinforcement* terhadap kecemasan dalam komunikasi interpersonal pada mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Langsa ?
3. Apakah terdapat pengaruh *self efficacy* dan *reinforcement* terhadap kecemasan dalam komunikasi interpersonal pada mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Langsa ?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk:

1. Mengetahui pengaruh *self efficacy* terhadap kecemasan dalam komunikasi interpersonal pada mahasiswa pada mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Langsa.
2. Mengetahui pengaruh *reinforcement* terhadap kecemasan dalam komunikasi interpersonal pada mahasiswa pada mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Langsa.
3. Mengetahui pengaruh *self efficacy* dan *reinforcement* terhadap kecemasan dalam komunikasi interpersonal pada mahasiswa pada mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Langsa.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan terutama bagi perkembangan ilmu dalam bimbingan konseling.

2. Manfaat Praktis

- a. Dapat memberi masukan kepada akademisi tentang pentingnya *self efficacy* dan *reinforcement* sebagai salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan dalam komunikasi interpersonal pada mahasiswa prodi Bimbingan Konseling sebagai calon konselor. sehingga nantinya pihak terkait (dosen, maupun teman sejawat) dapat berkontribusi dengan cara membantu mahasiswa dalam meningkatkan *self efficacy* dan *reinforcement*

- nva. memberikan saran dan kritik yang membangun serta memberi dukungan agar komunikasi dapat dilakukan secara efektif.
- b. Dapat dipergunakan sebagai acuan dalam melakukan penelitian lebih lanjut, terutama dengan mengkaji variabel-variabel lain yang berkaitan dengan *self efficacy*, *reinforcement* dan kecemasan.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kerangka Teoritis

2.1.1 Kecemasan dalam komunikasi Interpersonal

1. Defenisi

1.1 Pengertian Kecemasan

Kecemasan merupakan suatu kondisi yang dialami oleh seseorang yang disebabkan adanya tekanan fisik dan psikis akibat adanya tuntutan dalam diri dan lingkungan (Nevid, 2005: 167). Tuntutan yang dialami mahasiswa ketika melakukan komunikasi interpersonal adalah tuntutan untuk menyampaikan pesan secara sempurna. Namun, rasa rendah diri, ketidaksiapan, rasa ketidaksetaraan muncul pada mahasiswa dapat menjadi tekanan ketika melakukan komunikasi.

Chaplin (Ratnasari, 2009:9) mendefinisikan “kecemasan sebagai perasaan campuran berisi ketakutan dan keprihatinan mengenai rasa-rasa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan yang dialami”. Kecemasan merupakan gangguan yang ditandai oleh adanya perasaan-perasaan khawatir, takut, cemas yang bersifat menyebar, kabur dan tidak menyenangkan yang berhubungan dengan perilaku-perilaku maladaptif.

Pendapat Chaplin juga sesuai dengan pendapat Davidson (2006: 182) yang menyatakan bahwa kecemasan merupakan suatu perasaan takut dan khawatir yang tidak menyenangkan. Selanjutnya Freud (Corey, 2010:17) membedakan kecemasan menjadi tiga, yaitu kecemasan objektif, kecemasan neurotik dan kecemasan moral. Kecemasan objektif merupakan respon yang realistis terhadap bahaya eksternal, yang

maknanya sama dengan rasa takut, dan taraf kecemasannya sesuai dengan derajat ancaman yang ada. Kecemasan neurotik merupakan ketakutan terhadap tidak terkendalinya naluri-naluri yang menyebabkan seseorang melakukan suatu tindakan yang bisa mendatangkan hukuman bagi dirinya, dan kecemasan moral atau perasaan berdosa yaitu ketakutan terhadap hati nurani sendiri.

Lebih lanjut, Suryabrata (2010:140) menyatakan bahwa kecemasan berfungsi untuk memperingatkan orang akan datangnya bahaya, selain itu juga berfungsi sebagai pendorong dalam melakukan sesuatu agar ketegangan yang disebabkan oleh kecemasan tersebut dapat direduksi atau bahkan dihilangkan. Perbedaan intensitas kecemasan yang dialami tergantung pada besarnya ancaman yang dihadapi serta bagaimana cara mengatasi ancaman tersebut.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan suatu perasaan takut ataupun khawatir terhadap suatu objek atau masalah yang dihadapi karena ketidaksiapannya dalam menerima atau menyesuaikan diri terhadap kondisi tersebut. Perasaan takut dan khawatir yang tidak menyenangkan diikuti dengan sensasi fisik (misalnya: telapak tangan berkeringat, suara bergetar, gugup, jantung berdetak keras) dan psikis (merasa terancam, khawatir, tegang, bingung dan tidak konsentrasi) sebagai akibat kekhawatiran yang dirasakan mahasiswa.

1.2 Pengertian Komunikasi Interpersonal

Arni Muhammad (Suranto, 2011:4) menyatakan bahwa “komunikasi interpersonal adalah proses pertukaran informasi antara seseorang dengan paling kurang seorang lainnya atau biasanya di antara dua orang yang dapat langsung

diketahui balikkannya". Komunikasi interpersonal digambarkan sebagai suatu komunikasi antara dua individu atau sedikit individu, yang mana saling berinteraksi, saling memberikan umpan balik satu sama lain. Namun, memberikan definisi kontekstual saja tidak cukup untuk menggambarkan komunikasi interpersonal karena setiap interaksi antara satu individu dengan individu lain berbeda-beda.

Pendapat di atas juga didukung oleh pernyataan Indriyo Gitosudarmo dan Agus Mulyono (Suranto, 2011: 4) yang memaparkan, komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang berbentuk tatap muka, interaksi orang ke orang, dua arah, verbal dan nonverbal, serta saling berbagi informasi dan perasaan antara individu dengan individu atau antarindividu di dalam kelompok kecil.

Devito (Wisnuwardhani, 2012: 37-38) menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal merupakan tingkah laku satu orang atau lebih yang berkaitan dengan proses pengiriman dan penerimaan pesan serta penyimpulan makna dari pesan tersebut. Komunikasi interpersonal pada dasarnya merupakan komunikasi yang dilakukan oleh dua orang atau lebih yang berisi logis yang dimaksudkan adalah bahwa segala sesuatu yang terjadi dalam proses komunikasi kalau ada yang kurang jelas maka dapat ditanyakan dan dijawab pada saat itu sehingga terjalin hubungan secara akrab yang diharapkan akan memberikan dampak yang lebih kuat pengaruhnya bagi pihak lain yang mendengar dan melihat pokok pembicaraan.

Secara spesifik, komunikasi interpersonal pada mahasiswa dalam kegiatan formal baik dalam perkuliahan maupun di luar perkuliahan dapat terjadi antara mahasiswa dengan mahasiswa lainnya, mahasiswa dengan dosen, mahasiswa dengan instansi perkuliahan ataupun instansi lainnya dalam tugas praktik lapangan. Artinya

kegiatan komunikasi interpersonal yang dilakukan dalam komunikasi mahasiswa dengan semua pihak yang berhubungan dengan mahasiswa dalam kegiatan formal di dalam perkuliahan maupun di luar perkuliahan.

Dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal merupakan proses penyampaian informasi, pikiran dan sikap tertentu antara dua orang atau lebih yang memungkinkan terjadi pergantian pesan baik sebagai komunikan maupun komunikator dengan tujuan untuk mencapai saling pengertian, mengenai masalah yang akan dibicarakan pada mahasiswa.

1.3 Pengertian Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal

Salah satu bentuk kecemasan yang sering terjadi adalah kecemasan dalam berkomunikasi. Burgoon dan Ruffner (Ririn, 2013:273) mendefinisikan “kecemasan berkomunikasi sebagai suatu reaksi negatif dari individu berupa kecemasan yang dialami individu ketika berkomunikasi, baik komunikasi antar pribadi, komunikasi di depan umum maupun komunikasi massa”.

Kecemasan berbicara dikenal dengan istilah *reticence*, yaitu ketidakmampuan individu untuk mengembangkan percakapan yang bukan disebabkan oleh kurangnya pengetahuan akan tetapi karena adanya ketidakmampuan menyampaikan pesan secara sempurna, ketidakmampuan mengungkapkan keinginan, perasaan, mengekspresikan apa yang ada dalam diri individu. Hal ini menjadi suatu masalah baru yang sulit untuk diselesaikan, sehingga individu memerlukan sebuah pengalaman, kemampuan dan keterampilan yang berdampak pada kemampuan akademik yaitu keterampilan berkomunikasi. Keterampilan komunikasi tidak hanya

sebatas menerima atau menyampaikan informasi, tetapi juga termasuk di dalamnya menggali informasi (Philips dalam Ririn, dkk. 2013: 274).

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan berkomunikasi merupakan suatu perasaan takut ataupun khawatir yang terjadi dalam proses penyampaian pesan oleh mahasiswa akibat ketidakmampuan menyampaikan pesan secara sempurna, ketidakmampuan mengungkapkan keinginan, perasaan, mengekspresikan apa yang ada dalam diri individu, karena ketidaksiapannya dalam menerima atau menyesuaikan diri terhadap kondisi tersebut yang diikuti dengan sensasi fisik, psikis sebagai akibat kekhawatiran yang dirasakan.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Kecemasan yang dialami oleh seorang individu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Powell & Powell (Ramadhani: 2012), faktor yang mempengaruhi munculnya kecemasan komunikasi yaitu :

a. Genetika

Faktor genetika merupakan faktor yang bersumber dari keturunan. Artinya kecemasan yang dialami oleh individu merupakan warisan dari orangtuanya yang diturunkan melalui gen. Komunikasi yang dialami oleh individu dapat dipengaruhi oleh faktor genetik yang diturunkan kepada individu. Individu yang berada yang dalam keluarga yang cenderung merasa cemas ketika melakukan komunikasi dapat memiliki kecenderungan untuk mengalami kecemasan dalam melakukan komunikasi. Adapun sifat genetik

yang berkaitan dengan kecemasan komunikasi adalah ketakutan terkait dengan faktor-faktor seperti sosialisasi, penampilan fisik, bentuk tubuh.

b. *Skill Acquisition*

Kemampuan yang dimiliki oleh individu juga mempengaruhi kecemasan dalam komunikasi yang dilakukannya. Kecemasan dalam komunikasi yang dilakukan individu terjadi karena penilaian diri individu terhadap kemampuannya. Individu yang merasa dirinya memiliki kemampuan yang lemah atau kurang mahir dalam melakukan komunikasi cenderung akan merasa cemas karena pada dasarnya kecemasan yang dialami individu merupakan kekhawatiran diri akan ketidakmampuan mengembangkan keterampilan dalam komunikasi yang dilakukan. Misalnya keterampilan seperti penggunaan bahasa, kepekaan terhadap komunikasi nonverbal, keterampilan manajemen interaksi dengan orang lain sehingga individu cenderung mengalami kecemasan dalam berkomunikasi.

c. *Modelling*

Kecemasan dalam komunikasi juga tidak dapat dipisahkan dari pengaruh interaksi sosial. Individu cenderung akan merasa cemas ketika melihat individu yang lain mengalami kecemasan dalam kegiatan yang memiliki kemiripan dengan yang dilakukannya. Ketika individu melihat orang lain mendapatkan respon yang tidak baik dalam melakukan kegiatan yang serupa dengannya cenderung akan meningkatkan kecemasan pada individu. Hal ini berbeda ketika individu melihat pengalaman yang baik

ketika orang lain melakukan kegiatan yang serupa dengannya, maka cenderung akan melemahkan kecemasan yang dialaminya.

d. *Reinforcement*

Kecemasan komunikasi dipengaruhi oleh seberapa sering individu mendapat penguatan untuk melakukan komunikasi dari lingkungan sekitarnya. Individu yang menerima penguatan positif dalam komunikasi akan dapat mengurangi kecemasan komunikasi, sedangkan individu yang jarang diberikan kesempatan untuk melakukan komunikasi dan tidak didorong untuk berkomunikasi akan mengembangkan sikap negatif mengenai komunikasi sehingga muncul kecemasan komunikasi.

Pendapat di atas juga di dukung oleh pendapat Devito (Astanti, 2012: 10), yang mengatakan bahwa ada lima faktor yang mempengaruhi kecemasan komunikasi interpersonal, yaitu:

a. *Kepercayaan Diri*

Kepercayaan diri merupakan keyakinan pada individu akan semua yang ada pada dirinya, baik itu penampilan fisik maupun kemampuan yang dimilikinya. Secara lebih spesifik kepercayaan diri juga berkaitan dengan keyakinan individu bahwa ia mampu melakukan sesuatu dengan baik atau tidak yang dikenal dengan istilah *self efficacy*. Komunikator yang memiliki kepercayaan diri dapat mengontrol perilakunya dengan baik dalam komunikasi yang dilakukannya. Misalnya bersikap santai, tidak kaku, fleksibel dalam suara dan gerak tubuh, tidak terpaku pada nada suara dan gerak tubuh tertentu, terkendali, tidak gugup dan canggung.

b. Kebersatuan

Kebersatuan mengacu pada penggabungan antara pembicaraan dan pendengar. Bahasa yang menunjukkan kebersatuan umumnya ditanggapi lebih positif daripada yang tidak menunjukkan kebersatuan. Secara non verbal misalnya dengan memelihara kontak mata yang patut, kedekatan fisik yang menggunakan kedekatan psikologi, sosok tubuh terbuka, tersenyum dan perilaku lain yang mengisyaratkan minat pada pembicaraan.

c. Manajemen Interaksi

Kecemasan dalam komunikasi juga dipengaruhi oleh interaksi yang terjadi dalam komunikasi. Individu yang merasa terabaikan dalam komunikasi cenderung dapat menimbulkan kecemasan karena lemahnya kemampuan untuk membangun interaksi dengan orang lain melalui komunikasinya.

d. Daya Ekspresi

Daya ekspresi yang dimaksudkan adalah keterampilan interaksi komunikasi interpersonal yang ditunjukkan melalui ekspresi dan pembawaan diri. Individu yang kesulitan membawa diri dengan baik cenderung akan mengalami kecemasan yang menimbulkan rasa tidak nyaman dalam komunikasi yang dilakukannya.

e. Orientasi kepada Orang Lain

Orientasi kepada orang berkaitan dengan kemampuan, perhatian, dan minat kita untuk menyesuaikan diri dengan lawan bicara. Individu yang tidak mampu menyeimbangkan kemampuan diri dalam berkomunikasi dengan

lawan bicaranya cenderung akan mengalami kecemasan karena anggapan bahwa dirinya tidak berdaya.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya kecemasan yang dialami oleh individu dalam komunikasi interpersonal dipengaruhi oleh faktor yang berasal dari diri sendiri (*self*) dan lingkungan. Adapun faktor yang bersumber dari diri yaitu genetika, kepercayaan diri, dan kemampuan diri. Sedangkan faktor yang berasal dari lingkungan adalah model sosial, penguatan lingkungan, dan interaksi sosial.

3. Aspek-Aspek Kecemasan

Aspek-aspek kecemasan yang dialami oleh seseorang dapat dilihat dari gejala-gejala yang ditampilkan. Menurut Nevid dkk (2005: 164) gejala-gejala kecemasan dibagi menjadi 3 aspek, yaitu:

a. Aspek fisik

Aspek fisik merupakan gejala kecemasan yang muncul pada mahasiswa ketika melakukan komunikasi interpersonal yang berupa reaksi fisik yang dialami oleh mahasiswa. Adapun reaksi fisik yang dialami mahasiswa meliputi: gugup, gemetar, mulut terasa kering, banyak mengeluarkan banyak keringat, jantung berdetak keras dan sulit berbicara.

b. Aspek perilaku

Aspek perilaku adalah aspek kecemasan yang berhubungan dengan perilaku yang ditampilkan mahasiswa akibat dari kondisi kecemasan yang tidak menyenangkan yang dihadapi mahasiswa dalam komunikasi interpersonal. Aspek perilaku meliputi perilaku menghindar, tergantung, dan terguncang.

c. Aspek kognitif

Aspek kognitif dari kecemasan merupakan aspek yang berkaitan dengan pandangan dan cara berfikir mahasiswa akan kondisi yang tidak menyenangkan. Termasuk dalam aspek kognitif adalah tidak mampu menghilangkan pikiran-pikiran yang mengganggu, pikiran terasa bercampur aduk (kebingungan) serta sulit berkonsentrasi.

Lazarus (Hartono, 2012: 34) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan keadaan emosi yang tidak menyenangkan yang disertai dengan perasaan tidak berdaya dan tidak menentu. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kecemasan tidak dapat dipisahkan dari aspek afeksi. Aspek afeksi dari kecemasan merupakan aspek yang berkaitan dengan perasaan dan suasana hati yang tidak menyenangkan yang dialami mahasiswa dalam komunikasi interpersonal yang dilakukannya. Perasaan yang tidak menyenangkan yang dirasakan dalam komunikasi interpersonal dapat meliputi perasaan khawatir, perasaan tegang, ketakutan terhadap sesuatu yang akan terjadi, dan perasaan terancam.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecemasan adalah perasaan yang dialami seseorang ketika berpikir akan ada sesuatu yang tidak menyenangkan terjadi yang disertai oleh aspek fisik, perilaku, kognitif dan afeksi.

4. Klasifikasi Tingkat Kecemasan

Tingkat kecemasan yang dialami oleh mahasiswa yang satu dengan lainnya tentunya berbeda. Menurut Townsend (Elvina, 2013: 19), kecemasan dikelompokkan menjadi empat tingkatan sebagai berikut:

1. Kecemasan ringan

Kecemasan ringan merupakan kecemasan yang berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari yang menyebabkan seseorang menjadi waspada terhadap sesuatu yang dipersepsikannya. Kecemasan ringan yang dialami oleh mahasiswa menjadi pengingat akan hambatan yang muncul dalam kegiatan komunikasi interpersonal yang dilakukan mahasiswa. Kecemasan ringan dapat berwujud munculnya kelelahan, adanya peningkatan persepsi terhadap kegiatan yang dilakukan, serta meningkatnya motivasi dalam melakukan kegiatan sesuai tujuan yang diharapkan.

2. Kecemasan sedang

Kecemasan sedang merupakan kecemasan yang memungkinkan seseorang untuk memusatkan perhatiannya pada masalah yang penting dan mengabaikan masalah yang tidak penting sehingga perhatiannya menjadi selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang terarah. Kecemasan sedang dimanifestasikan dalam gejala-gejala sebagai berikut, yaitu kelelahan meningkat, bicara dengan nada cepat dan volume suara tinggi, lahan persepsi menyempit, kemampuan konsentrasi menurun, perhatian selektif dan terfokus pada rangsangan yang menyebabkan kecemasan, mudah tersinggung, tidak sabar dan mudah lupa.

3. Kecemasan berat

Kecemasan berat merupakan kecemasan yang terjadi pada seseorang dimana ia cenderung memusatkan perhatiannya pada sesuatu secara rinci dan spesifik, serta mengabaikan hal lain dan tidak mampu berpikir tentang hal lain.

Kecemasan pada tingkat ini memunculkan beberapa gejala yaitu mengeluh pusing, sakit kepala, tidak tidur, sering kencing, lahan persepsi menjadi sangat sempit, tidak mau belajar secara efektif, berfokus pada dirinya sendiri dan keinginan untuk menghilangkan kecemasan tinggi, serta perasaan lemah dan bingung.

4. Panik

Klasifikasi tingkat kecemasan yang keempat adalah panik. Panik berhubungan dengan ketakutan dan teror, individu yang mengalami panik merasa dirinya terancam karena kehilangan kendali diri. Orang yang mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun ada pengarahan. Adapun gejala pada keadaan ini adalah susah bernapas, pucat, tidak dapat merespon perintah sederhana, berteriak, menjerit bahkan munculnya halusinasi.

2.1.2 Self Efficacy

1. Defenisi

Self efficacy identik dengan keyakinan diri yang dimiliki oleh seseorang. Secara sederhana, *self efficacy* merupakan keyakinan akan kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam mengorganisir dan melakukan suatu kegiatan untuk mencapai tujuan yang diharapkannya. Hal ini sesuai dengan pendapat Bandura (2006: 309) yang menjelaskan bahwa “*self efficacy* merupakan evaluasi terhadap kemampuan atau kompetensi untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan dan mengatasi hambatan”. Efikasi diri yang dimiliki oleh seseorang dalam penelitian ini berkaitan dengan keyakinan yang dimiliki oleh mahasiswa bimbingan konseling dalam

mencapai tujuan yang diharapkan melalui kegiatan komunikasi interpersonal yang dimilikinya. Efikasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa dapat menentukan ukuran keyakinan akan kemampuan yang dimilikinya dalam melakukan kegiatan komunikasi interpersonalnya. Selain itu, efikasi diri pada mahasiswa dapat menjadi acuan bagi mahasiswa untuk mengatasi hambatan yang akan dihadapinya ketika melakukan komunikasi interpersonal guna mencapai tujuan yang diinginkannya dalam komunikasi interpersonal yang dilakukan mahasiswa bimbingan konseling.

Pendapat Bandura di atas juga didukung oleh pendapat Stipek dan Manddus (Santrock, 2010: 523) yang menyatakan bahwa "*self efficacy* adalah keyakinan bahwa "aku bisa"; sementara ketidakberdayaan adalah keyakinan "aku tidak bisa". Pernyataan Stipek dan Manddus di atas menunjukkan bahwa efikasi diri yang dimiliki oleh seseorang dianggap sebagai keyakinan seseorang akan dirinya bahwa sanggup melakukan sesuatu dengan baik atau tidak. Keyakinan dan ketidakberdayaan seseorang terhadap pekerjaan dan tugasnya dibentuk dalam kognitifnya dan kognitifnya yang mempengaruhi pekerjaan yang dilakukannya.

Baron dan Byrne (2004: 183) menyatakan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan seseorang akan kemampuan atau kompetensinya atas kinerja tugas yang diberikan untuk mencapai tujuan, atau mengatasi sebuah hambatan dalam melakukan tugasnya. Selanjutnya Bandura (Adicondro, 2011:19), menyatakan bahwa "*self efficacy* merupakan keyakinan bahwa seseorang bisa menguasai situasi dan mendapatkan hasil positif". *Self efficacy* yang dimiliki oleh seseorang merupakan jangkauan keyakinan diri akan kesanggupannya untuk melakukan suatu pekerjaan secara positif dan memberikan hasil yang sesuai dengan harapan. *Self efficacy* akan

berkembang berangsur-angsur secara terus menerus sejalan dengan meningkatnya kemampuan dan bertambahnya pengalaman-pengalaman yang berkaitan.

Begitu juga Stajkovic & Luthans (Myers, 2012: 72) menyebutkan “efikasi diri dapat memperkirakan produktivitas kerja”. Artinya efikasi diri yang dimiliki mahasiswa dapat mendorong dirinya untuk melakukan suatu pekerjaan atau tugas dengan baik hingga selesai dengan harapan yang dapat memuaskan dirinya. *Self efficacy* ini sangat menentukan seberapa besar keyakinan mahasiswa mengenai kemampuan yang dimilikinya untuk melakukan sesuatu pekerjaan atau tugas baik itu proses belajar maupun dalam hal kegiatan lainnya dalam kehidupannya. Mahasiswa yang memiliki *self efficacy* yang tinggi dapat mengatur dirinya dengan baik untuk tetap tenang dan mencari solusi daripada menyalahkan ketidakmampuannya dalam melakukan sesuatu kegiatan.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa, *self efficacy* dalam penelitian ini merupakan keyakinan akan kemampuan diri yang dimiliki oleh mahasiswa bimbingan konseling dalam melakukan tugas dengan baik atau tidak, serta dapat mengontrol perilaku dan lingkungan sekitar sesuai dengan harapan dan tujuan yang ingin dicapai oleh mahasiswa dalam melakukan tugasnya.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *self efficacy*

Bandura (Sean McPeat, 2010; 15-17) menyatakan bahwa ada empat sumber yang dapat membangun *self efficacy* seseorang. Adapun sumber *self efficacy* yaitu *mastery experiences* (pengalaman keberhasilan), *social models* (model social; pengalaman orang lain), *social persuasion* (persuasi sosial), dan *emotional state* (keadaan emosional). Berikut penjelasan masing-masing sumber *self efficacy*:

1. *Mastery experiences* (pengalaman keberhasilan)

Sumber yang utama yang mempengaruhi *self efficacy* adalah pengalaman-pengalaman pribadi mahasiswa secara nyata dalam melakukan kegiatan komunikasi interpersonal baik itu pengalaman keberhasilan maupun pengalaman kegagalan.

Pengalaman keberhasilan yang dimiliki individu dapat membuat tingkat efikasi dirinya menjadi kuat. Semakin banyaknya pengalaman keberhasilan atau pengalaman positif yang dialami mahasiswa dalam melakukan kegiatan komunikasi interpersonal maka akan memberi pengaruh yang positif pula dalam meningkatkan *self efficacy* yang dimiliki mahasiswa. Selain itu, pengalaman kegagalan yang pernah dialami individu akan menurunkan *self efficacy*-nya. Namun pengalaman kegagalan juga penting karena dapat menjadi pembelajaran dalam mencapai keberhasilan.

2. *Social models* (model sosial)

Model sosial artinya pengamatan terhadap pengalaman keberhasilan orang lain dijadikan sebagai sumber penting dalam meningkatkan efikasi diri pada mahasiswa terutama pengamatan terhadap kegiatan yang memiliki kemiripan dalam melakukan sesuatu baik berupa pengalaman yang berkaitan dengan kegiatan berkomunikasi, situasi komunikasi maupun orang-orang yang dihadapi dalam kegiatan komunikasi. Hal ini dapat mempengaruhi keyakinan akan kemampuan yang dimiliki mahasiswa. Dengan mengamati pengalaman keberhasilan orang lain, biasanya mahasiswa cenderung akan

mengikuti pengalaman keberhasilan model sosial dalam mencapai tujuan yang diharapkan pada kegiatan komunikasi interpersonal.

3. *Social persuasion* (Persuasi Sosial)

Persuasi sosial mengarah pada informasi verbal yang disampaikan oleh orang lain kepada mahasiswa untuk meyakinkan mahasiswa bahwa ia memiliki kompetensi dan kemampuan untuk menguasai tugas yang dibebankan kepadanya dan mampu mencapai keberhasilan dalam tugasnya.

Persuasi sosial yang positif disampaikan oleh orang lain akan berpengaruh dalam meningkatkan efikasi diri pada mahasiswa. Persuasi verbal yang positif dapat berupa saran, nasihat, penguatan, arahan yang dapat meningkatkan keyakinan mahasiswa akan kemampuan yang dimilikinya. Sebaliknya persuasi sosial yang negatif akan kelemahan, ketidakberdayaan, atau keterbatasan yang dimiliki mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dapat melemahkan efikasi diri yang dimiliki mahasiswa.

4. *State emotional* (Keadaan emosional)

Umumnya seseorang melakukan penilaian terhadap diri mereka dalam situasi emosi yang stabil. Emosi yang tidak stabil dapat menghasilkan efikasi yang buruk dan melemahkan efikasi yang dimiliki oleh seseorang (Bandura dalam NCSALL, 2005: 20).

Keadaan emosi yang tidak stabil dapat melemahkan efikasi diri yang dimiliki mahasiswa. Mahasiswa yang berada dalam keadaan tekanan dan stress tidak mampu melakukan tugas dengan optimal yang disebabkan oleh gangguan emosionalnya. Selain itu, suasana hati juga memberikan efek pada

self efficacy. Suasana hati yang positif cenderung dapat meningkatkan *self efficacy* sedangkan suasana hati yang negatif dapat melemahkan *self efficacy*.

3. Aspek-Aspek *Self efficacy*

Efikasi diri yang dimiliki oleh seseorang berbeda antara individu yang satu dengan lainnya. Menurut Bandura (2006: 313) efikasi diri yang dimiliki oleh seseorang dapat dibedakan berdasarkan tiga aspek *self efficacy*, yaitu: *generality*, *stregth*, dan *level*. Berikut ini adalah penjelasan masing-masing aspek-aspek *self efficacy*:

1. *Generality* (keadaan umum)

Self-efficacy pada mahasiswa berbeda pada aspek generalisasi artinya mahasiswa menilai keyakinan akan kemampuan mereka apakah hanya berfungsi dalam kegiatan tertentu saja atau berbagai kegiatan yang bervariasi. Secara sederhana aspek generalisasi berkaitan dengan keyakinan mahasiswa akan kemampuan dirinya dalam melakukan kegiatan dalam berbagai bidang tingkah laku atau kegiatan yang beragam.

Penilaian ini terkait pada aktivitas dan konteks situasi yang mengungkapkan pola dan tingkatan umum dari keyakinan mahasiswa terhadap keberhasilan mereka dalam melakukan berbagai kegiatan komunikasi interpersonal.

Oleh karena itu beberapa pengalaman dalam melakukan berbagai kegiatan yang bervariasi sangat penting karena dapat memberikan kontribusi yang penting terhadap efikasi diri pada mahasiswa. Selain itu pengalaman

dalam berbagai kegiatan yang bervariasi dapat membangkitkan keyakinan pada mahasiswa dalam melakukan berbagai kegiatan lainnya yang beragam.

Keadaan umum setiap kegiatan memiliki perbedaan yang bervariasi yaitu:

- a. Derajat kesamaan aktivitas.
- b. Modal kemampuan yang diperlukan (misalnya: tingkah laku, kognitif, afektif).
- c. Variasi situasi yang dihadapi.
- d. Karakteristik perilaku individu yang ditujukan dan kepada siapa perilaku diarahkan.

2. *Strength* (kekuatan)

Aspek ini berkaitan dengan tingkat kekuatan atau kemantapan mahasiswa mengenai kemampuan yang dimilikinya. Keyakinan yang lemah mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung kegiatan komunikasi interpersonal yang dilakukan oleh mahasiswa. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki keyakinan yang kuat akan terdorong untuk tekun dan bertahan dalam usaha dan kegiatan yang dilakukannya walaupun banyak kesulitan dan hambatan.

Individu dengan tingkat kekuatan tinggi akan memiliki keyakinan yang kuat akan kompetensi diri sehingga tidak mudah menyerah atau frustrasi dalam menghadapi rintangan dan memiliki kecenderungan untuk berhasil lebih besar daripada individu dengan kekuatan yang rendah. Kekuatan akan keyakinan yang dimiliki oleh seseorang dalam melakukan sebuah kegiatan

berkaitan dengan kesanggupan untuk bertahan dalam melakukan tugas dan kesungguhan untuk menyelesaikan tugas dengan baik.

3. *Level* (tingkat)

Level yaitu penilaian individu mengenai kemampuan dan kapasitasnya dalam menghasilkan tingkah laku yang akan diukur melalui tingkat tugas yang menunjukkan variasi kesulitan tugas. Apabila mahasiswa dihadapkan pada kegiatan komunikasi interpersonal yang disusun menurut tingkat kesulitannya, maka *self efficacy* mahasiswa akan terbatas pada kegiatan komunikasi yang dirasa mudah, sedang, dan sulit menurut penilaian mahasiswa terhadap tuntutan dan kesulitan yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat. Aspek ini berpengaruh terhadap pemilihan perilaku pada mahasiswa. Mahasiswa melakukan perilaku yang dirasa mampu untuk dilakukannya dan menghindari perilaku yang dianggap tidak mampu dilakukannya.

4. *Klasifikasi Self Efficacy*

Self efficacy pada seseorang dapat dibedakan menjadi dua yaitu *self efficacy* tinggi dan *self efficacy* rendah. Individu yang memiliki keyakinan yang tinggi terhadap kemampuannya cenderung akan memilih terlibat langsung dalam mengerjakan suatu tugas, meskipun tugas-tugas tersebut dianggap sulit. Mereka tidak memandang tugas sebagai suatu ancaman yang harus mereka hindari. Mereka yang gagal dalam melaksanakan sesuatu, biasanya cepat mendapatkan kembali efikasi diri setelah mengalami kegagalan tersebut (Bandura: 1977).

Individu yang memiliki efikasi diri tinggi menganggap kegagalan sebagai akibat dari kurangnya usaha yang keras, pengetahuan dan keterampilan. Sebaliknya individu yang ragu akan kemampuan mereka cenderung akan menjauhi tugas-tugas yang dianggap tidak mampu untuk dilakukannya. Hal ini dikarenakan tugas tersebut dipandang sebagai ancaman bagi mereka. Individu seperti ini memiliki aspirasi yang rendah serta komitmen yang rendah dalam mencapai tujuan yang mereka pilih atau mereka tetapkan. Sedangkan individu yang memiliki efikasi diri rendah cenderung menghindari tugas tersebut. Individu yang memiliki efikasi diri rendah tidak berpikir tentang bagaimana cara yang baik dalam menghadapi tugas-tugas yang sulit. Mereka juga lamban dalam membenahi ataupun mendapatkan kembali efikasi diri mereka ketika menghadapi kegagalan (Bandura: 1977).

Orang yang memiliki efikasi diri yang tinggi menunjukkan ciri-ciri atau karakteristik sebagai berikut (Steer & Porter, dalam Nurhasanah, 2013: 16):

a. Orientasi pada tujuan

Perilaku seseorang dengan efikasi diri yang tinggi akan positif dan mengarah pada keberhasilan dan berorientasi pada pencapaian tujuan. Semakin kuat efikasi diri yang dirasakan, semakin tinggi tujuan yang ingin dicapai dan semakin mantap komitmennya terhadap tujuannya.

b. Orientasi kendali internal

Kendali individu mencerminkan tingkat dimana mereka percaya bahwa perilaku mempengaruhi apa yang terjadi pada dirinya. Individu dengan orientasi kendali internal akan mengarahkan diri mereka untuk membuat tujuan dan rencana kegiatan untuk dapat mencapai tujuan serta

membangun rasa keyakinan diri bahwa dirinya dapat berprestasi dengan baik dalam situasi tertentu.

c. Tingkat usaha yang dikembangkan dalam suatu situasi

Seseorang yang mempunyai keyakinan yang kuat terhadap kemampuannya akan menunjukkan usaha yang lebih besar dalam menghadapi tantangan dan kesulitan dalam mencapai tujuan mereka.

d. Jangka waktu bertahan dalam menghadapi hambatan

Individu yang mempunyai efikasi yang kuat, cenderung lebih tangguh dalam menghadapi hambatan ketika melakukan sesuatu. Semakin kuat keyakinan seseorang terhadap kemampuannya, semakin besar dan tekun mereka berusaha.

Berdasarkan pernyataan di atas, maka dapat disimpulkan ciri-ciri individu yang memiliki efikasi diri tinggi dan rendah sebagai berikut:

a. Efikasi Diri Tinggi

1. Cenderung memiliki usaha yang besar dalam mencapai tujuannya
2. Cenderung terlibat langsung dalam mengerjakan suatu tugas.
3. Tidak suka tergantung kepada orang lain.
4. Menganggap kegagalan sebagai akibat kurangnya usaha, pengetahuan dan keterampilan.
5. Yakin terhadap kemampuan diri yang dimiliki.

b. Efikasi Diri Rendah

1. Cenderung menghindari tugas yang dirasa sulit .
2. Ragu-ragu akan kemampuannya.

3. Tugas yang sulit dipandang sebagai ancaman.
4. Kegagalan dianggap sebagai akibat dari ketidakberdayaannya.
5. Tidak mampu memikirkan solusi dalam mengatasi masalah.
6. Tidak berani menerima tantangan.

2.1.3 Reinforcement

1. Definisi

Reinforcement (penguatan) merupakan salah satu keterampilan yang harus dikuasai oleh individu . penguatan dapat memberikan motivasi terhadap individu dalam komunikasi interpersonal. Penguatan harus diberikan secara tepat waktu dan tepat sasaran serta sesuai dengan kebutuhan sehingga dapat menjadi pemicu bagi individu tersebut. Djamarah (2005:118), mengatakan bahwa pengubahan tingkah laku individu dapat dilakukan dengan penguatan. Selain itu, J Bruner dalam Slameto (2010:12), menyatakan bahwa dalam komunikasi harus memberi *reinforcement* dan umpan balik (*feedback*) yang optimal pada saat individu mengalami kecemasan dalam komunikasi interpersonalnya. Hal ini berarti pemberian penguatan atau *reinforcement* sangat penting dalam mengurangi kecemasan dalam komunikasi interpersonal.

Hasibuan dan Moeddjiono (2012:58), mengatakan “memberikan penguatan diartikan tingkah laku seseorang dalam merespon secara positif suatu tingkah laku tertentu yang memungkinkan tingkah laku tersebut timbul kembali”. Penguatan menurut Suwarna (2006:77) adalah “respon terhadap suatu tingkah laku yang dapat

meninggalkan kemungkinan terulang kembali tingkah laku tersebut". Usman (2013:80), menjelaskan bahwa :

Penguatan (*reinforcement*) adalah segala bentuk respon, apakah bersifat verbal maupun nonverbal, yang merupakan bagian dari modifikasi tingkah laku pemberi kepada penerima, yang bertujuan untuk memberikan informasi bagi si penerima atas perbuatannya sebagai suatu dorongan ataupun koreksi.

Berdasarkan pendapat mengenai pengertian penguatan tersebut, dapat disimpulkan bahwa penguatan adalah segala bentuk respon, baik verbal maupun nonverbal terhadap suatu tingkah individu yang bertujuan untuk meningkatkan /mengurangi kemungkinan terulangnya kembali tingkah laku tersebut. Ada dua respon dalam penguatan yaitu respon positif dan negatif. Respon positif bertujuan agar tingkah laku yang sudah baik frekuensinya akan berulang dan bertambah. Sedangkan respons negatif bertujuan agar tingkah laku yang kurang baik frekuensinya berkurang dan hilang.

2. Tujuan pemberian penguatan

Memberi penguatan menurut Suwarna (2006:77) bertujuan untuk :

- 1) Meningkatkan perhatian dalam komunikasi
- 2) Meningkatkan kepercayaan diri
- 3) Memudahkan individu untuk berkomunikasi
- 4) Meminimalisir tingkah laku yang negatif dan membina tingkah laku positif

Selanjutnya, menurut Hasibuan dan Moedjiono (2001:58) keterampilan memberi penguatan bertujuan untuk :

- 1) Meningkatkan perhatian individu
- 2) Melancarkan atau memudahkan proses komunikasi
- 3) Mengontrol atau mengubah sikap yang mengganggu ke arah tingkah laku yang produktif
- 4) Mengembangkan dan mengatur diri sendiri dalam berkomunikasi
- 5) Mengarahkan pada cara berfikir yang baik dan inisiatif sendiri

Berdasarkan pendapat beberapa ahli tersebut, tujuan memberi penguatan antara lain untuk :(1) meningkatkan perhatian dan motivasi,(2) melancarkan dan memudahkan komunikasi,(3) mengontrol serta mengubah tingkah laku negatif menjadi positif,(4) mampu mengatur diri,(5) mengarahkan cara berfikir yang baik.

3. Cara pemberian penguatan

Individu perlu mengetahui cara menggunakan penguatan yang tepat sesuai dengan kondisi seseorang sehingga tujuannya tercapai. Ada beberapa cara menggunakan penguatan menurut Usman (2013:83) yaitu :

1) Penguatan kepada pribadi tertentu

Penguatan harus jelas kepada siapa ditujukan, sebab bila tidak, penguatan tersebut kurang efektif. Oleh karena itu, sebelum memberikan penguatan, seseorang harus terlebih dahulu menyebut nama sambil menatap orang tersebut.

2) Penguatan kepada kelompok

Penguatan dapat diberikan kepada kelompok, misalnya jika tugas telah diselesaikan ,maka bisa diberikan waktu bermain atau beristirahat

3) Pemberian penguatan dengan segera

Penguata sebaiknya diberikan dengan segera setelah muncul tingkah laku atau respon yang diharapkan. Pemberian penguatan yang tertunda aka cenderung kurang efektif

4) Variasi dalam penggunaan

Jenis atau macam peguatan yang digunakan hendaknya bervariasi, tidak terbatas pada satu jenis saja, karena jika penguata yag diberikan monoton, akan menimbulkan kebosanan dan lama kelamaan akan kurang efektif.

Jadi, penguatan dapat diberikan kepada individu ataupun kelompok. Hendaknya penguatan diberikan secara bervariasi, karena penguatan yang monoton akan menimbulkan kebosanan dan lama kelamaan menjadi kurang efektif. Peguatan harus diberikan segera sebab penguatan yang ditunda cenderung kurang efektif.

4. Syarat pemberian peguatan

Pemberian peguatan harus memperhatikan syarat pemberian penguatan agar implemetasi pemberian penguatan dapat terlaksana sebagaimana mestinya. Purwanto (2014:184) mengemukakan syarat syarat yang harus diperhatikan dalam memberikan penguatan, antara lain :

1. Harus mengenal betul dan tahu cara menghargai dengan tepat
2. Hendaknya tidak menimbulkan rasa cemburu
3. Hemat, jangan terlalu sering memberikan penguatan

4. Tidak memberikan ganjaran terlebih dahulu sebelum menunjukkan perubahan dalam komunikasi
5. Harus berhati hati dalam memberikan penghargaan agar penghargaan yang diterima tidak dianggap sebagai upah

5. Komponen pemberian penguatan

Beberapa komponen keterampilan memberi penguatan menurut Djamarah (2005:120) yaitu sebagai berikut :

1. Penguatan verbal

Pujian atau dorongan yang diucapkan adalah penguata verbal. Ucapan tersebut berupa kata kata contohnya bagus, baik, betul, tepat dll. Selain itu juga dapat berupa kalimat, misalnya penampilanmu didepan kelas sangat bagus dll

2. Penguatan gestural

Pemberian penguatan gestural sangat erat dengan pemberian penguatan verbal. Penguata ini diberikan dalam bentuk mimik, gerak wajah atau anggota badan yang dapat memberikan kesan. Misalnya, mengangkat alis, senyuman, menggaguk, acungan jempol, tepuk tangan dll

3. Penguatan dengan cara mendekati

Penguatan yang dilakukan dengan cara mendekati untuk menyatakan perhatian terhadap pekerjaan, tingkah laku dan penampilan. Penguatan secara fisik dipergunakan untuk memperkuat penguatan verbal, tanda dan sentuhan, contohnya duduk didekat kelompok diskusi dll

4. Penguatan dengan sentuhan

Penguatan sentuhan merupakan penguatan yang terjadinya sentuhan fisik.

Misalnya, menepuk bahu, berjabat tangan dll

5. Penguatan dengan memberikan kegiatan yang menyenangkan

Penguatan ini dapat berupa membantu teman bila sudah menyelesaikan pekerjaannya terlebih dahulu

6. Penguatan berupa tanda atau benda

Penguatan tanda merupakan berbagai macam simbol yang diberikan apakah itu benda atau tulisan yang ditunjukkan untuk penghargaan terhadap suatu penampilan. Penguatan tanda yang berbentuk tulisan misalnya komentar tertulis terhadap pencapaian, ijazah, sertifikat dan penghargaan lain. Penguatan dalam memberikan suatu benda misalnya, bintang, medali, buku, permen dll

Berdasarkan komponen keterampilan diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa komponen haruslah bersifat selektif dan hati hati, disesuaikan dengan usia, tingkat kemampuan, kebutuhan, serta latar belakang dan tujuannya.

Selain itu, Usman (2013:81) membagi komponen pemberian penguatan menjadi dua yaitu penguatan verbal dan non verbal. Penguatan verbal biasanya di ungkapkan dengan menggunakan kata kata pujian, penghargaan, persetujuan dan sebagainya, misal bagus, bagus sekali, betul, pintar dan lain lain. Sedangkan penguatan non verbal meliputi :

1. Penguatan gerak isyarat, misalnya anggukan atau gelengangan kepala, senyuman, acungan jempol dll
2. Penguatan pendekatan, untuk menyatakan perhatian dan kesenangannya terhadap tingkah laku atau penampilannya.
3. Penguatan sentuhan, dapat menyatakan persetujuan dan penghargaan terhadap usaha dan penampilan dengan cara menepuk bahu, berjabat tangan dll.
4. Penguatan dengan kegiatan yang menyenangkan
5. Penguatan berupa simbol atau benda, misalnya kartu gambar, bintang, plastik ataupun komentar tertulis pada buku.
6. Penguatan tak penuh, misalnya “ya, jawabanmu sudah baik, tetapi masih dapat disempurnakan”.

Berdasarkan teori tersebut, komponen penguatan ada dua yaitu penguatan verbal dan penguatan non verbal. Penguatan verbal yaitu ungkapan atau ucapan berupa kata-kata ataupun kalimat pujian, penghargaan, persetujuan dll. Penguatan non verbal berupa gerakan isyarat, mendekati, sentuhan, kegiatan menyenangkan, pemberian simbol dll.

6. Macam – Macam Penguatan

Menurut Skinner (Rifai'i dan Anni, 2009: 121) penguatan itu ada dua macam, yaitu penguatan positif dan penguatan negatif. Penguatan positif adalah sesuatu yang bila diberikan akan meningkatkan perilaku. Sedangkan penguatan negatif adalah sesuatu yang apabila ditiadakan akan meningkatkan respon. Menurut Slavin (2008)

dalam Naufalin (2010), mengemukakan bahwa tindakan penguatan negatif adalah pembebasan dari situasi yang tidak menyenangkan, yang diberikan untuk memperkuat perilaku.

Bentuk yang diberikan menurut Nugraheni (2011) ada dua yaitu :

1. Penguatan positif yaitu memberikan penghargaan atau pujian
2. Penguatan negatif adalah membebaskan dari tugas atau situasi yang kurang disukai dan hukuman efektif.

Sardiman (2011) mengemukakan beberapa bentuk dan cara untuk menumbuhkan motivasi dalam kegiatan pembelajaran antara lain :

1. Hadiah, merupakan bentuk penguatan positif dan sekaligus motivasi yang baik. Pujian yang tepat akan menunpuk suasana yang menyenangkan dan mempertinggi gairah belajar serta sekaligus akan membangkitkan harga diri
2. Hukuman sebagai penguatan negatif . tetapi kalau diberikan secara tepat dan bijak dapat menjadi alat motivasi, oleh karena itu kita harus memahami prinsip-prinsip pemberian hukuman. Hukuman dimaksud untuk memperlemah perilaku tertentu dengan cara menggunakan kegiatan yang tidak diinginkan.

Berdasarkan uraian di atas, maka indikator yang digunakan dalam membahas pemberian penguatan yaitu sebagai berikut :

1. Penguatan positif: hadiah, verbal, gerak isyarat, mendekati, sentuhan, kegiatan yang menyenangkan, simbol atau benda .

2. Penguatan negatif: membebaskan dari tugas atau situasi yang kurang disukai dan hukuman efektif.

3 Pengaruh *Self Efficacy* dan *Reinforcement* terhadap Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal

Kemampuan dalam bidang komunikasi yang dituntut bagi seorang mahasiswa bimbingan konseling adalah memiliki kemampuan komunikasi intrapersonal yang baik. Dalam memenuhi tuntutan ini, tidak jarang sikap cemas muncul baik itu dalam mengungkapkan pikiran secara lisan maupun perilaku yang ditampilkan terutama pada situasi formal baik dalam perkuliahan maupun di luar perkuliahan. Dalam hal ini, antara individu yang satu dengan individu lain dapat berbeda tingkat kecemasan yang dialaminya. Salah satunya tergantung pada penilaian pribadi individu terhadap kemampuan yang dimilikinya yang disebut *self efficacy*.

Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Feist & Feist (Anwar, 2009: 18) yang menjelaskan bahwa ketika seseorang mengalami ketakutan yang tinggi, kecemasan akut atau tingkat stress yang tinggi, maka biasanya mereka mempunyai *self efficacy* yang rendah. Sementara yang memiliki *self efficacy* yang tinggi merasa mampu dan yakin terhadap kesuksesan dalam mengatasi rintangan dan menganggap ancaman sebagai tantangan yang tidak perlu dihindari.

Nevid dkk (2005: 183) menjelaskan bahwa seseorang cenderung akan merasa cemas ketika ia menghadapi situasi atau keadaan yang meragukan kemampuannya untuk mendapatkan prestasi yang baik. Kecemasan yang muncul

akan menghambat performa dan membuatnya menjadi sulit untuk sukses dalam berpretasi. Orang dengan *self efficacy* yang rendah cenderung berfokus pada ketidakberdayaan yang dipersepsikannya.

Pendapat di atas juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sahidun (2013) yang menghubungkan efikasi diri dengan kecemasan yang dialami pada 96 mahasiswa Unsyiah yang sedang menyusun skripsi dan hasilnya menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki peran terhadap tinggi rendahnya kecemasan yang dialami mahasiswa selama menyusun skripsi. Keduanya memiliki korelasi negatif yang signifikan, artinya jika tingkat efikasi diri tinggi maka tingkat kecemasan akan rendah begitu pula sebaliknya jika tingkat efikasi diri rendah maka tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi akan menjadi tinggi.

Penelitian di atas juga di dukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Anwar (2009) pada mahasiswa Psikologi Universitas Sumatera Utara yang menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Psikologi Universitas Sumatera Utara. Semakin tinggi *self efficacy* seorang mahasiswa maka semakin rendah tingkat kecemasan mereka dalam berbicara di depan umum.

Synder & Lopez (Sahidun, 2013: 36) menyatakan bahwa rendahnya efikasi diri pada seseorang akan meningkatkan kecemasan dan kemudian dapat mengganggu kinerja seseorang. Pada mahasiswa yang memiliki *self efficacy* yang rendah, maka kecenderungan kecemasannya akan semakin meningkat. Apabila kecemasan yang

dimiliki mahasiswa tinggi maka akan menjadi hambatan baginya dalam melakukan komunikasi interpersonal.

Selanjutnya, Bandura (2006) menjelaskan dalam teori belajar sosialnya bahwa “permulaan dan pengaturan transaksi dengan lingkungan sebagian ditentukan oleh *self efficacy*. Orang cenderung menghindari situasi-situasi yang melampaui keyakinan, mengambil dan melakukan kegiatan yang diperkirakan dapat diatasi”. Rendahnya *self efficacy* yang dimiliki oleh mahasiswa merupakan hasil dari pemikirannya yang irrasional akan kemampuannya dalam menyelesaikan sebuah tugas atau tanggung jawab. Dalam pembahasan ini, rendahnya *self efficacy* yang dimiliki oleh mahasiswa merupakan hasil dari pemikirannya yang irrasional akan kemampuannya dalam melakukan komunikasi interpersonal yaitu komunikasi lisan yang dilakukan oleh mahasiswa dengan orang lain baik dalam situasi formal dalam ruang perkuliahan maupun dalam situasi nonformal di luar ruang perkuliahan misalnya dalam melakukan tugas praktik layanan bimbingan konseling di sekolah.

Sejalan dengan pendapat Bandura di atas, Rogers (Ririn, 2013: 277) meyakini bahwa “yang sangat berpengaruh terhadap kecemasan dalam berkomunikasi adalah pola pikir seseorang yang keliru”. Seseorang yang hendak berkomunikasi di depan umum berpikir bahwa dirinya sedang “diadili”, merasa gerak dan tingkah lakunya sedang diamati dan menjadi perhatian orang. Pada dasarnya kecemasan bukan disebabkan oleh ketidakmampuan individu, tetapi disebabkan oleh pikiran yang negatif dan tidak rasional. Rendahnya *self efficacy* yang dimiliki oleh mahasiswa merupakan penyebab utama meningkatnya tingkat kecemasan pada mahasiswa. Seorang mahasiswa merasa cemas ketika melakukan

komunikasi interpersonal di depan umum dapat disebabkan karena tidak merasa yakin dengan kemampuan yang dimiliki. Hal ini dikarenakan *self efficacy* berpengaruh terhadap perilaku.

Dalam hal berkomunikasi, ketika individu menghadapi situasi yang menekan, keyakinan terhadap kemampuan mereka akan mempengaruhi cara individu dalam bereaksi terhadap situasi tersebut. *Self efficacy* berguna untuk melatih kontrol terhadap stressor yang berperan penting dalam keterbangkitan kecemasan. Individu yang percaya bahwa mereka tidak dapat mengatur ancaman, maka ia akan mengalami keterbangkitan kecemasan yang tinggi. Kemudian, ketika seseorang mengalami ketakutan yang tinggi, kecemasan yang akut atau tingkat stress yang tinggi, maka biasanya mereka memiliki efikasi diri yang rendah, sebaiknya mereka yang memiliki efikasi yang tinggi merasa mampu dan yakin terhadap kesuksesan dalam mengalami rintangan, dalam hal ini mereka memiliki yakin akan kemampuannya dalam berkomunikasi. Individu memerlukan *self efficacy* untuk menguatkan dirinya agar memiliki kontrol atas perilakunya sendiri.

Pada beberapa peristiwa komunikasi mampu menimbulkan perasaan yang menyenangkan namun tidak jarang juga beberapa individu cenderung merasa bahwa peristiwa komunikasi tidak menarik, bahkan cenderung untuk menghindari komunikasi (Wulandari, 2004). Kecemasan komunikasi pada mahasiswa dapat muncul pada saat diskusi kelompok, bertanya pada dosen maupun ketika berbicara didepan kelas untuk melakukan presentasi (Wrench, Richmond & Gorham, 2009).

Kecemasan komunikasi yang dialami individu dapat muncul karena dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya

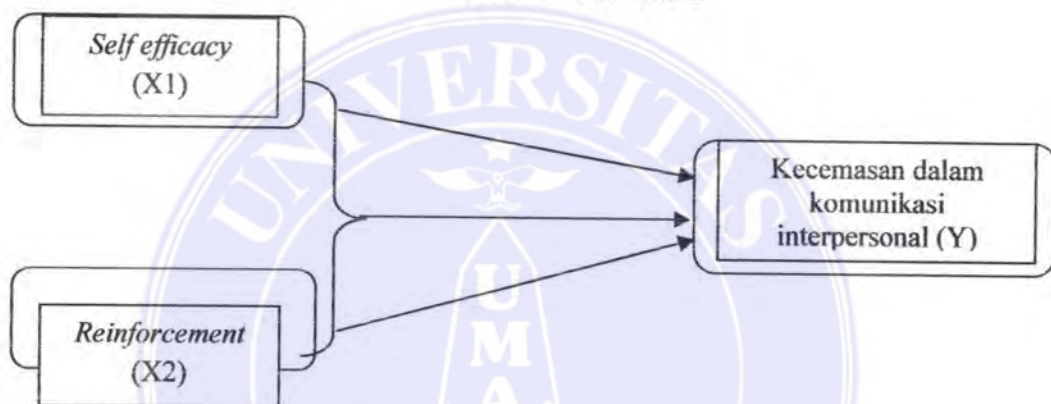
kecemasan komunikasi selain self efficacy juga yaitu adanya *reinforcement* yang diterima individu. *Reinforcement* dapat berasal dari lingkungan belajar individu tersebut, lingkungan belajar yang mendorong individu untuk sering melakukan komunikasi akan berdampak baik bagi komunikasi individu terbiasa melakukan komunikasi (Powell & Powell, 2010).

Jadi, peneliti berpendapat begitu besar peran *self efficacy* dan *reinforcement* dalam mengatasi masalah kecemasan dalam komunikasi interpersonal karena dengan adanya keyakinan diri dan penguatan dapat membuat mahasiswa mengalami ataupun tidak mengalami kecemasan dalam berkomunikasi. Pendekatan pembelajaran yang lebih berfokus pada mahasiswa untuk aktif dalam belajar dapat mengurangi kecemasan komunikasi dalam diri mahasiswa dan pendekatan pembelajaran yang tidak menuntut mahasiswanya untuk aktif dalam proses pembelajaran dapat meningkatkan kecemasan komunikasi pada mahasiswa itu sendiri.

2.2 Kerangka Konseptual

Berdasarkan uraian uraian yang telah dipaparkan tentang pengaruh *self efficacy* dan *reinforcement* terhadap kecemasan dalam komunikasi interpersonal pada mahasiswa, maka penelitian ini mengambil kesimpulan berupa kerangka pemikiran berikut :

Daftar Gambar 1



2.3 Hipotesis

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka rumusan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu:

1. Ada pengaruh signifikan negatif *self efficacy* terhadap kecemasan berkomunikasi pada mahasiswa bimbingan konseling islam IAIN Langsa. (7)
hal ini berarti semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah tingkat kecemasan dalam berkomunikasi interpersonal.
2. Ada pengaruh signifikan negatif *reinforcement* terhadap kecemasan berkomunikasi pada mahasiswa bimbingan konseling islam IAIN Langsa. (9)

hal ini berarti semakin tinggi *reinforcement* maka semakin rendah tingkat kecemasan dalam berkomunikasi interpersonal.

3. Ada pengaruh signifikan negatif antara *self efficacy* dan *reinforcement* terhadap kecemasan berkomunikasi pada mahasiswa bimbingan konseling islam IAIN Langsa. hal ini berarti semakin tinggi *self efficacy* dan *reinforcement* maka semakin rendah tingkat kecemasan dalam berkomunikasi interpersonal.



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Dalam penelitian ini pendekatan yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2015) metode penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Prodi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Langsa sebagaimana telah disebutkan pada judul penelitian. Adapun alasan peneliti melakukan penelitian pada Prodi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Langsa adalah berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan menunjukkan bahwa terdapat mahasiswa yang mengalami masalah kecemasan dalam komunikasi interpersonal. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan April sd Juni 2017.

3.3 Identifikasi variabel

Variabel penelitian menurut Sugiyono (2006), adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Berdasarkan hubungan antar variabel, maka dalam penelitian ini yang menjadi variabel penelitian adalah:

1. Variabel bebas : a. Self Efficacy (X1)
b. Reinforcement (X2)
2. Variabel terikat :Kecemasan dalam berkomunikasi interpersonal (Y)

3.4 Definisi Operasional Variabel Penelitian

Sesuai dengan tujuan penelitian, maka dalam penelitian ini melibatkan dua variabel yaitu:

Agar lebih terarah, maka variabel yang libatkan perlu didefinisikan. Berikut definisi masing-masing variabel yang dimaksudkan.

1. *Self efficacy*

Self efficacy yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah keyakinan mahasiswa akan kemampuan dirinya untuk dapat melakukan suatu kegiatan dengan baik atau tidak dalam melakukan tugas yang diukur melalui aspek-aspek *self efficacy* yaitu keyakinan dalam berbagai keadaan umum (*generality*), tingkat kekuatan keyakinan (*strenght*) dan keyakinan dalam berbagai tingkat kesulitan tugas (*level*).

2. *Reinforcement*

Reinforcement yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah segala bentuk respon, apakah bersifat verbal maupun nonverbal, yang merupakan bagian modifikasi tingkah laku, yang bertujuan untuk memberikan informasi atau umpan balik(*feedback*) bagi si penerima atas perbuatannya sebagai suatu tindak dorongan ataupun koreksi.

3. Kecemasan dalam komunikasi interpersonal

Kecemasan dalam komunikasi interpersonal yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah suatu perasaan takut atau khawatir terhadap suatu objek yang disebabkan oleh ketidaksiapan dalam menghadapi dan menyesuaikan diri dalam kegiatan penyampaian pesan kepada orang lain yang diikuti dengan reaksi dari gejala kecemasan yang meliputi aspek fisik, aspek perilaku, aspek kognitif, dan aspek afeksi.

Ketiga skala di atas disusun dengan menggunakan skala Likert dengan pernyataan-pernyataan item *Favorable* dan *Unfavorable* ini mempunyai empat alternatif jawaban dengan penilaian sebagai berikut :

Pernyataan-pernyataan *favorable* memiliki empat alternatif jawaban dengan penilaian sebagai berikut :

- a. Sangat Setuju (SS) : Skor 4
- b. Setuju (S) : Skor 3
- c. Tidak Setuju (TS) : Skor 2
- d. Sangat Tidak Setuju (STS) : Skor 1

Sedangkan pernyataan-pernyataan *unfavorable* memiliki nilai bergerak mulai dari 1 sampai dengan 4 urutan pilihan jawaban sebagai berikut :

- a. Sangat Setuju (SS) : Skor 1
- b. Setuju (S) : Skor 2
- c. Tidak Setuju (TS) : Skor 3
- d. Sangat Tidak Setuju (STS) : Skor 4

Penelitian ini menggunakan item-item yang disusun dalam bentuk pernyataan dengan format skala 4, yaitu skala yang di dalamnya terdiri dari

jumlah item yang merefleksikan suatu gagasan yang diperhatikan. Format tersebut adalah :

- a. *Favorable*
- b. *Unfavorable*

Penelitian ini menggunakan skala 4, karena penggunaan skala *Likert* empat kategori jawaban adalah untuk menghilangkan kelemahan yang dikandung oleh lima kategori serta untuk mengurangi pengaruh "kecenderungan sentral" dan mendorong responden untuk memutuskannya sendiri apakah positif atau negatif maka digunakanya empat pilihan jawaban.

3.5 Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan yang menjadi objek penelitian. Beranjak dari latar belakang dan melihat fenomena tinggi kecemasan dalam komunikasi interpersonal yang terjadi pada mahasiswa bimbingan konseling. Adapun karakteristik subjek dalam penelitian ini adalah:

- a. Mahasiswa aktif S1 Prodi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Langsa.
- b. Mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling IAIN angkatan 2013, 2014, 2015, 2016.
- c. Mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Langsa yang masih aktif dalam kegiatan formal di dalam dan di luar perkuliahan.

b. Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam menggunakan teknik *stratified sampling* dikarenakan sampel yang diteliti merupakan sampel yang berjenjang yaitu mahasiswa dalam empat angkatan yang meliputi mahasiswa angkatan 2013, 2014, 2015 dan mahasiswa angkatan 2016. Adapun jumlah populasi pada penelitian ini adalah 337 mahasiswa. Pengambilan jumlah sampel menggunakan

rumus Slovin : $n = \frac{N}{1+N(d)^2}$ (Margono, 2010).

Keterangan:

n = besar sampel

N = besar populasi

d = tingkat kepercayaan/ketepatan yang diinginkan 90% atau sig = 0,1

Berdasarkan rumus di atas, maka jumlah sampel mahasiswa yang dapat dijadikan responden, adalah:

$$n = \frac{337}{1 + 337(0,1)^2}$$

$$n = \frac{337}{1+337(0,01)}$$

$$n = \frac{337}{1+3.37}$$

$$n = 77$$

Teknik pengambilan sampel dalam menggunakan teknik *stratified sampling* dikarenakan sampel yang diteliti merupakan sampel yang berjenjang yaitu mahasiswa dalam empat angkatan yang meliputi mahasiswa angkatan 2013, 2014, 2015 dan mahasiswa angkatan 2016. Oleh karena itu untuk memperoleh jumlah sampel pada setiap jenjang digunakan rumus sebagai berikut:

$$n_a = \frac{n}{N} \times N_a$$

Keterangan:

n_a = jumlah sampel angkatan a (yang ingin ditentukan)

n = jumlah sampel keseluruhan

N = Jumlah populasi secara keseluruhan

N_a = Jumlah populasi angkatan a

Berikut ini klasifikasi jumlah sampel untuk setiap angkatan dipaparkan dalam tabel dibawah ini:

Tabel 1.
Klasifikasi Jumlah Sampel Berdasarkan Masing-Masing Angkatan

No	Angkatan	Jumlah mahasiswa	Jumlah Sampel
1.	2013	116	$n_i = 27$
2.	2014	84	$n_i = 19$
3.	2015	75	$n_i = 17$
4.	2016	62	$n_i = 14$
Total		337	77

Selanjutnya untuk menentukan sampel dalam setiap jenjang, maka dilakukan pemilihan sampel dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Sampel diambil secara acak dan setiap elemen dalam populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih sebagai subjek dalam penelitian. Adapun langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:

1. Identifikasi total populasi yang akan digunakan dalam proses penelitian.
2. Urutkan semua anggota populasi dalam daftar yang telah diberi nomor urut masing-masing.
3. Acak pengundian sampai dengan jumlah sampel yang diinginkan terpenuhi sebagai sampel dalam penelitian ini.

3.6 Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan cara-cara yang dapat dipergunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data-data sebagai pendukung penelitiannya. Proses penelitian yang berhasil tentu memerlukan teknik tertentu untuk memperlancar proses penelitian dan teknik tersebut harus sesuai dengan pencapaian tujuan penelitian. Pengumpulan data merupakan cara-cara yang dapat dipergunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data-data sebagai pendukung penelitiannya. Menurut Nazir (2005), bahwa pengumpulan data adalah prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan. Dalam hal ini terdapat dua hal utama yang mempengaruhi kualitas data hasil penelitian yaitu kualitas instrumen penelitian dan kualitas pengumpulan data.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala. Alasan peneliti menggunakan metode skala adalah sebagaimana yang dikemukakan oleh Hadi (2004) adalah sebagai berikut:

- 1) Subjek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri
- 2) Apa yang dinyatakan oleh subjek kepada peneliti adalah benar dan dapat dipercaya

- 3) Interpretasi subjek tentang pernyataan-pernyataan yang diajukan kepadanya sama dengan apa yang dimaksud oleh peneliti.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah metode dokumentasi dan skala ukur. Skala ukur adalah suatu daftar yang berisi sejumlah pertanyaan yang diberikan kepada subjek agar dapat mengungkapkan kondisi yang ingin diketahui.

3.7 Prosedur Penelitian

Sebelum skala self efficacy, reinforcement dan skala kecemasan digunakan dalam penelitian terlebih dahulu dilakukan uji coba. Hal ini dimaksudkan untuk mencapai obyektifitas alat ukur yang digunakan dalam penelitian. Salah satu upaya untuk mencapai obyektifitas tersebut adalah dengan menguji validitas dan reliabilitas alat ukur (Azwar, 1997).

a. Validitas

Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara cepat. Tinggi rendahnya validitas instrumen dapat menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang validitas yang dimaksud. Menurut Azwar (2007) validitas mempunyai arti sejauh mana kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurannya. Suatu alat ukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya sesuai dengan tujuan dilakukan pengukuran

tersebut. Dalam menguji validitas penelitian ini digunakan program *SPSS Versi 24.0 For Windows*.

b. Reliabilitas

Keandalan suatu pengukuran merupakan indikasi mengenai stabilitas dan konsistensi dimana instrumen mengukur konsep dan membantu menilai “ketepatan” sebuah pengukuran. Pengukuran yang memiliki reliabilitas yang tinggi maksudnya adalah pengukuran yang dapat menghasilkan data yang reliabel. Suatu tes dapat dikatakan mempunyai taraf kepercayaan yang tinggi jika tes tersebut dapat memberikan hasil yang tetap.

Menurut Azwar (2005) reliabilitas instrumen adalah sejauh mana pengukuran dapat dipercaya, maksudnya apabila dalam beberapa pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama. Dalam hal ini, relatif sama berarti tetap adanya toleransi terhadap perbedaan-perbedaan kecil diantara beberapa kali pengukuran. Bila perbedaan itu sangat besar dari waktu ke waktu maka hasil pengukuran itu tidak dapat dipercaya dan dapat dikatakan tidak reliable.

Selanjutnya Sugiyono (2010) realibilitas adalah “kesamaan hasil pengukuran atau pengamatan bila fakta atau kenyataan hidup tadi diukur atau diamati berkali-kali dalam waktu yang berlainan”.

3.8 Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dari subjek melalui skala ukur ditransformasikan ke dalam angka-angka menjadi data kuantitatif, sehingga data tersebut dapat dianalisis dengan pendekatan statistik. Analisis data kuantitatif pada penelitian ini dan uji hipotesis penelitian dengan menggunakan Analisis Regresi Dua Prediktor, dimana yang menjadi prediktor pertama (variabel bebas 1= X1) adalah self efficacy dan prediktor kedua (variabel bebas 2= X2) adalah reinforcement, sedangkan yang menjadi kriteria (variabel terikat) adalah kecemasan (Y). Penggunaan analisis Regresi Berganda akan menunjukkan variabel yang dominan dalam memberi sumbangan terhadap variabel terikat dan mengetahui sumbangan efektif dari masing-masing variabel. Dalam pengolahannya penulis menggunakan program *SPSS Versi 24.0 For Windows*.

Rumus Regresi Berganda adalah sebagai berikut:

$$Y=b_0+b_1X_1+b_2X_2$$

Dimana:

- Y : Kecemasan
- X1 : Self Efficacy
- X2 : Reinforcement
- b0 : besarnya nilai Y jika X1 dan X2=0
- b1 : besarnya pengaruh X1 terhadap Y dengan asumsi X2 tetap
- b2 : besarnya pengaruh X2 terhadap Y dengan asumsi X1 tetap.

Sebelum dilakukan analisis data dengan teknik analisis regresi 2 prediktor, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi:

- a. Uji normalitas yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel menyebar secara normal.
- b. Uji linearitas yaitu untuk mengetahui apakah data dari masing-masing variabel bebas memiliki hubungan linier dengan variabel terikat.



BAB V

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian, analisa data dan interpretasi yang telah diuraikan sebelumnya, maka kesimpulan dan saran-saran sehubungan dengan hasil yang didapatkan dari penelitian.

5.1. Kesimpulan

1. Ada pengaruh negatif signifikan antara Self efficacy dengan Kecemasan, dimana koefisien $r_{x1y} = -0.599$ dengan $p = 0.000$, hal ini berarti semakin tinggi Self efficacy maka semakin rendah Kecemasan. Koefisien r kuadrat Self efficacy dengan variabel terikat Kecemasan adalah sebesar $r^2 = 0,359$. Ini menunjukkan bahwa Kecemasan dibentuk oleh Self efficacy dengan kontribusi sebesar 35.90%.
2. Ada pengaruh negatif signifikan antara Reinforcement dengan Kecemasan, dimana koefisien $r_{x2y} = -0.648$ dengan $p = 0.000$, hal ini berarti semakin tinggi reinforcement maka semakin rendah Kecemasan. Koefisien r kuadrat reinforcement dengan variabel terikat Kecemasan adalah sebesar $r^2 = 0,420$. Ini menunjukkan bahwa Kecemasan dibentuk oleh Reinforcement dengan kontribusi sebesar 42.00%.
3. Terdapat pengaruh negatif signifikan antara self efficacy dan reinforcement terhadap kecemasan dalam komunikasi interpersonal dimana koefisien $r = 0.649$; dengan $p = 0.000$ berarti $p < 0,010$. Dengan Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara prediktor Self efficacy, Reinforcement dengan variabel terikat Kecemasan adalah sebesar $r^2 = 0.421$. Ini menunjukkan

bahwa Kecemasan dibentuk oleh Self efficacy dan Reinforcement dengan kontribusi sebesar 42.10%.

5.2 Saran-saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dipaparkan sebelumnya, ada beberapa saran yang dapat peneliti ajukan, yaitu sebagai berikut:

1. Kepada Dosen

Mengingat kecemasan dalam komunikasi interpersonal yang dialami oleh mahasiswa sedang, maka perlu perhatian khusus terhadap kondisi mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling. Khususnya kepada dosen Prodi Bimbingan Konseling diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam mengatasi kendala-kendala dalam komunikasi interpersonal dan dapat membantu meningkatkan *self efficacy* dan *reinforcement* pada mahasiswa.

2. Kepada Mahasiswa

Khususnya kepada mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling hendaknya kecemasan ketika melakukan komunikasi dengan orang lain tidak dijadikan sebagai penghambat dalam berinteraksi dengan orang lain, namun dijadikan sebagai pengingat untuk selalu selalu siap dalam berkomunikasi dengan siapapun dan kapanpun. Selain itu mahasiswa diharapkan dapat terlibat aktif dalam organisasi karena dapat membantu mahasiswa dalam melatih kemampuan komunikasi interpersonal.

3. Kepada Peneliti selanjutnya

- a. Penelitian ini hanya menghaji salah satu aspek yang mempengaruhi kecemasan dalam komunikasi interpersonal yaitu *self efficacy* dan *reinforcement*. Namun pada dasar kecemasan dalam komunikasi interpersonal tidak hanya dipengaruhi oleh *self efficacy* dan *reinforcement* saja, ada banyak faktor lain yang mengaruhinya. Misalnya hereditas, keterampilan, dan lingkungan. Oleh karena itu diharapkan kepada peneliti selanjutnya dapat mengkaji lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam komunikasi interpersonal tersebut.
- b. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tentang variabel *self efficacy*, *reinforcement* dan variabel kecemasan dalam komunikasi interpersonal diharapkan dapat mengkaji memecahkan permasalahan yang telah ditemukan dalam penelitian ini. Misalnya upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan tingkat kecemasan dalam komunikasi interpersonal serta upaya untuk meningkatkan *self efficacy* dan *reinforcement* pada mahasiswa.

Daftar Pustaka

- Ahmadi, Abu. 2000. *Psikologi Umum (Edisi Revisi)*. Surabaya: PT Bina Ilmu Offset.
- Adicondro, Nobelina dan Ihfi Purnamasari. 2011. Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga & Self Regulated Learning pada Siswa Kelas VIII. *Jurnal Humanitas*. Vol. VIII, No1, Januari 2011.
- Anwar, Astrid I.D. 2009. "Hubungan antara Self Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara". *Skripsi* tidak diterbitkan. Sumatera Utara: Fakultas Psikologi Sumatera Utara.
- AW, Suranto. 2011. *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Azwar, Saifuddin. 2013. *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. 2006. *Adolescent Development from an Agentive Perspective*. In F.Pajares & T. Urdan (Eds.). *Self-Efficacy Belief of Adolescent*, (Vol. 5., pp. 1-43). Greenwich, CT: Information Age Publishing.
- _____.1997. *Self Efficacy The Exercise of Control*. W.H. Freeman and Company : New York
- Baron, A & Donn Byne. 2004. *Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh*. Erlangga: Jakarta.
- Cahyadi, Meliana. 2008. "Pengaruh Iklim Organisasi terhadap Efikasi Diri Karyawan Bank Danamon Divisi Kredit Perumahan Semarang". *Skripsi*. Tidak diterbitkan. Fakultas Ekonomi: Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
- Corey, Gerald. 2010. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.

- Davison, G. C., Neale, J. M., & Kring, A. M. (2006). *Abnormal Psychology*. (N. Fajar, Trans.). Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Elvina, Zahara. 2013. "Upaya Guru Bimbingan dan Konseling Mengatasi Kecemasan pada Siswa Menghadapi Ujian Nasional". *Skripsi* tidak diterbitkan. Banda Aceh: Prodi Bimbingan dan Konseling.
- Fajriani. 2010. "Pengaruh Iklim Sekolah terhadap Kedisiplinan Siswa (Suatu Penelitian pada Siswa Sekolah Menengah Atas di Kota Lhoksema)". *Skripsi* tidak diterbitkan. Banda Aceh: Prodi Bimbingan dan Konseling.
- Feist, J., & Feist, G. J. 2010. *Teori kepribadian*. (S. D. Sjahputri, Trans.). Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Hartono dan Boy Suedarmadji. 2012. *Psikologi Konseling*. Kencana: Jakarta
- Isparjadi. 1988. *Statistik Pendidikan*. Jakarta: Depdikbud.
- Lukmantono, Triyono. 2011. "Tingkat Kecemasan Komunikasi Mahasiswa dalam Lingkup Akademis". *Naskah Publikasi*, Jurusan Ilmu Komunikasi FISIP Universitas Diponegoro. Semarang.
- Margono. 2010. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Myres, David G. 2012. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- NCSALL. 2005. "Goals and Self Efficacy in Persistence". Modul disajikan dalam seminar Guide. Departement of Education. US.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). *Abnormal psychology in changing world*. (R. Medya & W. C. Kristiaji, Eds. I dan II). Jakarta: Penerbit Erlangga (Original work published 2003).
- Nurhasanah. 2013. "Hubungan Efikasi Diri dengan Indeks Prestasi Belajar". *Lembaran Publikasi Ilmiah Pusdiklat Migas*. Vol 13 No 3.

- Prabu, Anwar. 2005. Pengaruh Motivasi terhadap Kepuasan Kerja. *Jurnal Manajemen*. Vol 3, No 6.
- Rakhmat, J. 2008. *Psikologi Komunikasi*. Cetakan kedua puluh enam. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Ratnasari, Wahyu Tri. 2009. "Perbedaan Tingkat Kecemasan Menghadapi Pensiun antara Pegawai Negeri Sipil yang Tidak Mempunyai Pekerjaan Sampingan dan Mempunyai Pekerjaan Sampingan di Badan Kepegawaian Daerah Kota Ponogoro". Malang: Prodi Psikologi UIN.
- Ririn, dkk. 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*. Vol.2, No 1, Januari 2013 (273-278).
- Sahidun, Nurhasanah. 2013. "Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Syiah Kuala". *Skripsi* tidak diterbitkan. Banda Aceh: Prodi Psikologi Unsyiah.
- Santrock. 2010. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Sean McPeat. 2010. *Personal Confidence & Motivation* (MTD Training.Bookboonn (www.bookboonn.com)).
- Subana dkk. 2005. *Statistik Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Sukardi. 2009. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Cetakan ketujuh. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Suranto. 2011. *Komunikasi Interpersonal*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Suryabrata, S. 2010. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT. Rajawali Pers.
- Siska, dkk. 2003. Kepercayaan Diri dan Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*. No.2, 67-71

Suwarna. 2006 . *Pengajaran Micro, Pendekatan Praktis Dalam Menyiapkan Pedidik*

Profesional , Yogyakarta: Tiara Wacana

Trianjaya, Bagus. 2012. “Persepsi Siswa terhadap Pelaksanaan Pembelajaran Teori di Sekolah”. *Skripsi* tidak diterbitkan. Yogyakarta: UNY.

Usman, moh. Uzer. 2013. *Menjadi guru profesional*. Bandung: remaja rosdakarya.

Wisnuwardhani, dkk.2012. *Hubungan Interpersonal*. Jakarta: Salemba Humanika.



Lampiran 1

SKALA PENELITIAN

Dengan hormat,

Dalam rangka memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan pascasarjana pada program studi magister psikologi Universitas Medan Area, saya melakukan penelitian yang nantinya diharapkan dapat bermanfaat untuk pengembangan ilmu pengetahuan. Oleh karena itu saya membutuhkan data-data yang relevan dengan adanya ketersediaan dari Saudara/i untuk mengisi skala berikut ini.

Skala berikut ini berisi sejumlah pernyataan yang mungkin berhubungan dengan keadaan pribadi Saudara/i yang meliputi keyakinan Saudara/i dalam melakukan sebuah tugas/kegiatan dan keadaan Saudara/i rasakan ketika melakukan kegiatan komunikasi dengan orang lain. Saudara/i tidak perlu khawatir terhadap apa yang Saudara/i isi. Apa yang Saudara/i isi dalam skala ini bersifat pribadi dan semua jawaban saudara/i akan dijaga kerahasiaannya dan hanya untuk tujuan penelitian atau penulisan karya ilmiah.

Oleh karena itu, saya mengharapkan kerjasama dari saudara/i agar berkenan untuk menjawab setiap item pernyataan dalam skala ini sesuai dengan keadaan yang sebenarnya pada Saudara/i. Besar harapan saya kepada Saudara/i bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Atas kerja sama dan partisipasi saudara/i saya ucapkan terimakasih.

Hormat Saya

RIZNAAZRIMELDA

Sebelum Saudara/i memulai pengisian angket ini, isilah biodata di bawah ini:

Angkatan :

Jenis kelamin : LK / PR (coret yang tidak sesuai)

Petunjuk pengisian

Dibawah ini terdapat sejumlah pernyataan yang mungkin berkaitan dengan diri Saudara/i. Saudara/i diminta menunjukkan kesesuaian diri saudara/i dengan masing-masing pernyataan yang tersebut di bawah ini dengan cara memberi tanda cek (✓) pada salah satu alternatif jawaban yang menurut saudara/i paling sesuai dengan keadaan, perasaan dan pikiran saudara/i yang sebenarnya dengan cara memilih:

SS : Apabila pernyataan tersebut **sangat sesuai** dengan diri Saudara/i

S : Apabila pernyataan tersebut **sesuai** dengan diri Saudara/i

TS : Apabila pernyataan tersebut **tidak sesuai** dengan diri Saudara/i

STS : Apabila pernyataan tersebut **sangat tidak sesuai** dengan diri Saudara/i

~ SELAMAT MENGERJAKAN ~

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya yakin mampu mengatasi masalah dalam tugas saya				
2.	Saya yakin dapat menyelesaikan berbagai tugas yang berbeda dengan baik				
3.	Saya mempunyai kemampuan yang dapat diandalkan				
4.	Saya tidak yakin dapat mengatasi kesulitan dalam tugas saya dengan baik				
5.	Walaupun kemampuan saya lemah saya yakin dapat menyelesaikan tugas dengan baik jika berusaha				
6.	Saya tidak berani menerima sebuah tantangan untuk melakukan sebuah tugas				
7.	Saya tidak berani mencoba sebuah tugas yang belum pernah saya lakukan				
8.	Saya lebih memilih tugas yang mudah dalam perkuliahan				
9.	Saya tidak mudah gentar walaupun mendapatkan tugas dari dosen yang ditakuti				
10.	Dalam mengerjakan tugas kelompok, saya yakin dapat memberikan masukan yang bagus walaupun ada teman yang lebih pintar				
11.	Saya tidak percaya diri ketika berhubungan dengan orang yang hebat				
12.	Saya merasa ragu ketika saya berhadapan dengan orang yang lebih tinggi jabatannya				
13.	Saya yakin dapat melakukan tugas dengan baik seperti kebanyakan orang hebat dan pintar lakukan				
14.	Saya tidak yakin dapat memberikan kritikan kepada orang yang lebih tua				
15.	Bagi saya masalah adalah hal wajar yang harus dihadapi				
16.	Saya adalah orang yang tekun dalam mengerjakan tugas				
17.	Saya merasa tak berdaya ketika saya mengalami sebuah masalah				
18.	Saya kurang peduli benar atau salah dengan tugas saya				
19.	Saya akan berusaha untuk mengatasi hambatan dalam tugas saya				
20.	Saya yakin dapat mengatasi tekanan yang saya alami				
21.	Saya merasa tidak berguna ketika tidak dapat mengatasi tekanan dalam hidup saya				

22.	Bagi saya setiap masalah adalah beban hidup				
23.	Saya adalah orang yang tidak mudah putus asa				
24.	Saya sering menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas				
25.	Saya selalu berusaha untuk menyelesaikan tugas tepat waktu				
26.	Saya berusaha mengerjakan tugas dengan sebaik mungkin				
27.	Saya mudah menyerah saat mengerjakan tugas yang sulit				
28.	Saya yakin dapat melakukan tugas-tugas yang sulit				
29.	Saya lebih suka melakukan pekerjaan yang sulit karena saya dapat diandalkan				
30.	Saya mempunyai kemampuan yang lemah dalam mengerjakan tugas yang sulit				
31.	Bagi saya tidak ada tugas yang sulit jika kita mau berusaha				
32.	Saya berusaha menghindari tugas yang sulit				
33.	Saya malas mengerjakan tugas jika saya tidak saya pahami				
34.	Tugas-tugas yang sulit menjadi motivasi untuk lebih semangat dalam belajar				
35.	Dalam mengerjakan tugas, saya memilih diam daripada melakukan kesalahan				
36.	Saya tidak yakin akan mendapatkan hasil yang bagus dari setiap tugas yang saya lakukan				
37.	Saya akan berusaha mencapai target yang belum tercapai, meskipun dengan cara yang tidak baik				
38.	Saya ingin mendapatkan hasil bagus dalam melakukan tugas				
39.	Saya tidak suka terikat dengan sebuah tugas				

NO	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasa gugup ketika bertukar pendapat dengan orang yang lebih pintar				
2	Tubuh saya menjadi gemetaran ketika saya berkomunikasi dengan dosen				
3	Menurut saya persentasi tugas di depan kelas bukanlah hal yang menakutkan				
4	Saya tidak mengalami kesulitan berbicara di depan umum				
5	Suara saya terasa gemetaran ketika mempresentasikan tugas di depan kelas				
6	Saya merasa gugup ketika saya berbicara di depan umum				
7	Mulut saya terasa kering ketika saya berbicara dengan dosen				
8	Suhu tubuh saya tetap normal ketika saya berhadapan dengan dosen				
9	Saya tidak merasa deg-degan ketika saya berhadapan dengan dosen saya				
10	Saya sulit berbicara ketika mempresentasikan tugas				
11	Mulut saya terasa pahit ketika saya mendapat giliran berbicara di depan kelas				
12	Tangan saya menjadi berkeringat dingin ketika berbicara di depan kelas				
13	Saya tidak mengeluarkan keringat yang berlebihan ketika dikritik oleh teman				
14	Saya tetap tenang ketika mempresentasikan tugas				
15	Saya mengeluarkan banyak keringat ketika saya berhadapan dengan dosen saya				
16	Tangan saya menjadi dingin ketika saya menunggu giliran untuk persentasi				
17	Detak jantung saya meningkat ketika berkomunikasi dengan dosen				
18	Saya sering menjadi pembicara dalam berbagai kegiatan perkuliahan.				
19	Saya merasa jantung saya berdetak keras ketika saya maju ke depan kelas				
20	Saya memilih diam dari pada salah dalam diskusi kelompok				
21	Sebisa mungkin saya menghindari menjadi moderator atau pemateri dalam diskusi kelompok				
22	Saya tidak takut salah dalam persentasi tugas di depan kelas				
23	Saya dapat mengontrol diri saya untuk tetap tenang ketika berhadapan dengan dosen				
24	Saya tidak berani menyampaikan pendapat karena takut dianggap salah oleh teman				
25	Saya tidak berani mengeluarkan pendapat maka saya meminta teman untuk menyampaikannya				

26	Saya sering melakukan kesalahan kecil ketika persentasi tugas, misalnya menjatuhkan buku dan pulpen				
27	Saya adalah orang yang mandiri ketika melakukan komunikasi dengan orang lain				
28	Tubuh saya terasa tidak nyaman ketika saya berbicara di depan kelas				
29	Saya sering lupa apa yang ingin disampaikan ketika berhadapan dengan dosen				
30	Saya dapat belajar dari kritikan orang lain kepada saya				
31	Saya yakin dapat melakukan komunikasi yang baik dengan orang lain				
32	Saya akan diejek oleh teman ketika tidak dapat mempresentasikan tugas dengan bagus				
33	Teman-teman saya tidak suka dengan cara saya berkomunikasi				
34	Saya tidak dapat fokus ketika mepresentasikan tugas di depan kelas				
35	Saya berusaha untuk konsentasi pada materi dalam persentasi di depan kelas				
36	Saya tetap santai walaupun mendapat banyak pertanyaan ketika persentasi				
37	Konsentasi saya terganggu apabila saya menatap teman-teman dalam persentasi				
38	Ketika berhadapan dengan dosen saya lupa apa ingin saya sampaikan				
39	Saya menjadi gelisah ketika saya akan berkonsultasi dengan dosen				
40	Saya tidak menghiraukan ejekan orang lain ketika saya memulai pembicaraan				
41	Saya khawatir apa yang saya sampaikan tidak dapat dipahami oleh orang lain				
42	Perasaan saya tidak tenang ketika berbicara dengan orang yang lebih hebat				
43	Saya enggan mengeluarkan pendapat karena takut teman tidak menghargai saya				
44	Perasaan saya tetap tenang ketika saya mendapatkan tugas untuk presentasikan yang sulit				
45	Saya khawatir tidak lulus mata kuliah karena saya tidak pandai berbicara di depan kelas				
46	Saya akan dijauhi teman karena tidak pandai bicara				

Petunjuk pengisian

Dibawah ini terdapat sejumlah pernyataan yang mungkin berkaitan dengan diri Saudara/i. Saudara/i diminta menunjukkan kesesuaian diri saudara/i dengan masing-masing pernyataan yang tersebut di bawah ini dengan cara memberi tanda cek (✓) pada salah satu alternatif jawaban yang menurut saudara/i paling sesuai dengan keadaan, perasaan dan pikiran saudara/i yang sebenarnya dengan cara memilih:

SL : Apabila pernyataan tersebut **selalu** dengan diri Saudara/i

SR : Apabila pernyataan tersebut **sering** dengan diri Saudara/i

K2 : Apabila pernyataan tersebut **kadang-kadang** dengan diri Saudara/i

TP : Apabila pernyataan tersebut **tidak pernah** dengan diri Saudara/i

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SL	SR	K2	TP
1.	Dosen memberikan nilai tambahan kepada siswa yang aktif dalam pembelajaran				
2.	Dosen memberikan nilai setelah tugas selesai dikoreksi				
3.	Dosen memberikan hadiah ketika saya mendapat nilai tertinggi				
4.	Saya semangat belajar karena mendapatkan hadiah dari dosen ketika nilai saya yang tertinggi				
5.	Apabila saya mengerjakan tugas, dosen selalu berkata rajin				
6.	Dosen berkata "pinter" apabila saya mendapat nilai bagus				
7.	Ketika saya berhasil menjawab pertanyaan dengan benar dosen berkata "tepat sekali"				
8.	Dosen mengatakan "ya, jawabanmu bagus" saat saya menjawab pertanyaan dengan tepat				
9.	Dosen memuji kelas saya karena siswanya aktif				
10.	Dosen sering memberikan selamat kepada kelompok terbaik				
11.	Saat saya berhasil menjawab pertanyaan dengan benar, dosen memberikan acungan jempol				
12.	Dosen tersenyum saat saya dapat menjawab				

	pertanyaan dengan benar				
13.	Saya mendapat tepuk tangan apabila jawaban/pendapat saya benar				
14.	Kelompok saya mendapat tepuk tangan karena kelompok saya merupakan yang terbaik				
15.	Saat saya benar dalam mengerjakan tugas, dosen memberikan acungan jempol sambil tersenyum				
16.	Saat saya menemui kesulitan dalam memahami materi, dosen mendekati dan memberi penjelasan				
17.	Dosen mendekati setiap kelompok saat diskusi kelompok				
18.	Dosen menepuk pundak saya saat saya mampu menjawab pertanyaan dengan baik				
19.	Ketika saya berhasil menjawab pertanyaan dengan benar, dosen mengusap kepala saya				
20.	Ketika saya berhasil menjawab pertanyaan dengan benar, dosen meminta saya membantu teman yang kesulitan				
21.	Saya diperbolehkan istirahat terlebih dahulu ketika saya berhasil mengerjakan tugas dengan cepat dan tepat				
22.	Dosen meminta untuk memimpin kelas apabila ada siswa yang mendapat nilai baik				
23.	Dosen memberi simbol A,B,C untuk setiap tugas yang telah saya kerjakan				
24.	Dosen menandatangani tugas yang saya kerjakan				
25.	Dosen member tanda bintang/stempel dibuku tugas saya				
26.	Dosen menuliskan kekurangan saya dalam mengerjakan tugas sehingga saya bersemangat untuk memperbaikinya				
27.	Jika saya terlambat masuk kelas, dosen mengizinkan saya masuk kelas				
28.	Apabila saya tidak mengerjakan tugas, dosen menyuruh saya mengerjakan dipapan tulis				
29.	Apabila saya tidak mengerjakan tugas, dosen menyuruh saya mengerjakan diluar kelas				
30.	Dosen memberikan tugas tambahan apabila saya lupa tidak mengerjakan tugas				

TERIMA KASIH ATAS PARTISIPASINYA ☺

Periksa kembali jawaban Anda

Pastikan tidak ada yang terlewatkan

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

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

Document Accepted 21/10/25

Access From (repository.uma.ac.id)21/10/25

UNIVERSITAS MEDAN AREA

12	4	4	3	4	3	4	3	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	3	1	3	3	4	4	3	4	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	4
13	3	3	4	3	4	4	3	1	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	1	1	6	
14	3	3	3	1	4	3	3	1	4	4	3	2	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	1	2
15	4	3	2	2	4	2	1	1	4	4	3	3	2	1	4	4	1	4	4	4	1	4	4	3	4	3	3	3	2	1	4	4	1	1	1	4	4	4	4	1	1	0	9		
16	4	3	4	3	4	4	2	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	1	1	3	6		
17	4	2	4	4	4	4	4	1	3	2	4	3	4	1	4	2	3	4	4	3	3	1	4	1	2	3	3	4	1	1	4	3	3	2	3	1	4	4	2	1	1	3			
18	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	9	8		
19	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	1	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	1	0	7		
20	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	1	1	3			
21	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	4	3	4	4	1	4	4	4	1	1	5				
22	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	2	4	1	4	1	1	4	4	4	1	1	0	8		

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

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

Document Accepted 21/10/25

Access From (repository.uma.ac.id)21/10/25

23	3	2	2	2	4	3	2	2	3	4	2	2	3	2	3	4	1	2	2	4	2	2	3	2	4	4	3	2	2	2	4	3	2	2	3	3	3	4	2	104	
24	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	102	
25	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	128	
26	3	2	2	2	4	3	2	2	2	4	2	2	2	2	4	4	2	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	2	2	3	4	3	2	2	3	3	3	4	2	109	
27	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	2	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	1	3	4	4	3	125	
28	2	2	3	2	4	3	1	3	3	3	3	4	3	2	4	3	2	3	3	3	1	2	4	3	4	3	2	2	3	2	3	3	2	2	1	3	2	4	1	103	
29	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	4	1	4	3	3	4	3	4	1	2	3	2	3	4	2	3	2	2	4	3	2	3	4	3	4	4	3	117	
30	3	2	2	2	2	2	2	1	2	4	3	3	2	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	1	1	2	1	2	4	4	3	113
31	4	3	3	3	4	3	2	2	3	4	2	1	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	4	3	3	110	
32	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	4	4	2	3	4	4	1	3	4	2	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	2	3	3	4	3	134	
33	4	3	3	3	3	4	3	2	3	4	2	2	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	4	4	1	3	11	

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

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

Document Accepted 21/10/25

Access From (repository.uma.ac.id)21/10/25

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

- Access From (repository.uma.ac.id)21/10/25

UNIVERSITAS MEDAN AREA

[illegible]

69	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	1 1 9
70	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	4	2	4	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	2	3	1	4	3	1 2 9
71	4	3	3	4	4	1	4	4	4	4	4	3	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	1 4 7	
72	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	1 4 1
73	4	4	4	2	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	4	2	1	2	4	4	2	1	4	1	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1 0 5
74	4	4	4	2	4	3	2	2	2	2	1	2	2	2	4	2	1	2	4	4	2	1	4	1	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1 0 3
75	3	3	2	2	4	3	2	2	2	2	1	2	2	2	4	2	1	2	4	4	2	1	4	1	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	9 9
76	4	3	3	2	4	3	3	2	2	3	2	2	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	2	2	3	4	3	3	2	3	4	4	3	1 1 3
77	4	3	4	2	4	2	1	2	4	3	2	2	3	4	3	3	2	2	4	4	2	2	3	4	3	4	1	4	3	2	2	2	1	3	4	2	2	3	1	1 0 6

No	SKOR MENTAH Reinforcement (sesudah penelitian)																														
	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	T
1	3	1	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	1	3	3	102
2	3	2	3	3	4	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	4	3	4	4	3	3	3	2	3	87
3	3	1	2	3	3	2	3	1	4	4	4	2	2	4	1	3	1	2	2	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	75
4	3	3	2	3	4	3	2	2	2	4	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	1	1	2	1	2	3	2	2	2	2	72
5	3	1	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	86
6	2	2	4	2	3	3	3	2	2	1	2	3	1	3	4	4	2	4	3	4	3	1	3	4	2	2	2	1	4	2	78
7	3	3	4	2	4	3	3	1	2	3	1	1	4	3	4	2	2	2	4	4	1	3	2	1	2	3	1	3	2	1	74
8	3	1	4	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	2	4	2	3	2	3	2	3	4	2	1	3	3	3	3	2	2	79
9	3	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	99
10	2	2	4	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	2	2	79
11	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	2	3	91
12	3	1	3	2	3	4	3	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	3	1	3	3	4	4	3	4	4	2	1	1	1	89
13	3	3	4	3	4	4	3	1	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	91
14	3	3	3	1	4	3	3	1	4	4	3	2	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	86
15	2	3	2	2	4	2	1	1	4	4	3	3	2	1	4	4	1	4	4	4	1	4	4	3	4	3	3	3	2	1	83
16	3	2	4	3	4	4	2	4	4	3	4	3	2	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	103
17	3	1	4	2	4	4	4	1	3	2	4	3	4	1	4	3	2	4	4	3	3	1	4	1	2	3	3	4	1	1	83
18	3	2	4	2	4	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	76
19	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	1	2	3	3	3	2	3	2	3	1	3	79
20	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	85
21	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	85
22	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	83
23	3	1	2	1	4	3	2	2	3	4	2	2	3	2	3	4	1	2	2	4	2	2	2	2	4	4	3	2	2	2	75
24	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	4	3	2	3	3	3	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	75

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 21/10/25

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

Access From (repository.uma.ac.id)21/10/25

25	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	96
26	3	2	2	3	4	3	2	2	2	4	2	2	2	2	4	4	2	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	2	2	3	84
27	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	2	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	95
28	2	2	3	2	4	3	1	3	3	3	3	4	3	2	4	3	2	3	3	2	1	2	4	3	4	3	2	2	3	2	81
29	3	3	4	2	4	3	3	2	3	3	4	3	4	1	4	3	3	4	3	1	1	2	3	2	3	4	2	3	2	2	84
30	3	2	2	2	2	2	2	1	2	4	3	3	2	3	4	3	4	4	3	3	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	90
31	3	2	3	2	4	3	2	2	3	4	2	1	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	81
32	1	1	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	4	4	2	3	4	4	1	3	4	2	4	4	3	4	4	3	97
33	2	1	3	2	3	4	3	2	3	4	2	2	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	85
34	3	1	3	3	3	3	2	2	2	4	2	2	3	2	3	2	2	3	3	4	4	4	1	1	3	4	3	2	2	2	78
35	3	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	4	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	78
36	2	3	3	2	4	4	4	3	4	4	3	4	3	2	4	3	3	3	4	4	1	4	3	2	4	3	3	3	2	2	93
37	3	3	2	1	4	3	2	1	2	2	2	1	3	3	4	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	3	3	2	2	69
38	3	1	4	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	4	4	2	1	3	3	2	4	3	2	3	3	3	3	2	2	79
39	1	1	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	3	4	4	3	3	4	2	2	4	4	4	4	3	96
40	2	1	2	3	3	3	2	2	3	4	4	3	3	1	4	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	78
41	3	4	3	2	4	3	3	1	3	4	2	2	3	2	4	2	3	3	3	4	2	3	3	1	2	3	3	3	2	1	81
42	2	3	4	1	3	2	3	1	3	2	2	2	2	2	4	3	2	3	3	2	2	2	2	3	1	4	3	2	2	2	72
43	3	3	3	3	3	2	1	2	2	4	2	1	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	4	3	3	2	2	75
44	3	3	3	3	3	3	2	1	2	3	3	2	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	2	1	2	3	2	2	2	2	71
45	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	2	4	4	1	4	4	4	4	2	4	105
46	2	3	3	3	4	3	2	1	3	4	3	3	3	1	4	1	3	4	4	4	4	2	3	3	2	3	2	3	1	2	83
47	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	87
48	3	1	4	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	79
49	4	1	3	1	4	2	2	2	4	3	1	1	3	1	4	3	1	4	4	4	2	2	1	2	3	3	2	3	1	2	73
50	3	1	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	83

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 21/10/25

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

Access From (repository.uma.ac.id)21/10/25

51	4	2	3	1	3	1	2	1	3	2	1	1	3	2	3	2	1	3	3	3	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	64
52	3	3	4	1	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	66
53	2	2	4	1	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	4	2	1	3	3	2	2	3	2	2	3	1	1	2	2	2	70
54	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	2	4	3	4	4	4	4	3	4	3	2	3	4	4	4	2	4	105
55	3	2	4	2	3	3	4	3	3	4	1	1	3	1	4	3	1	4	4	3	1	1	4	1	3	3	2	2	2	2	77
56	1	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	2	2	3	2	4	4	4	4	4	4	99
57	1	3	4	2	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	2	2	3	2	4	4	4	4	4	4	98
58	4	4	4	3	4	3	3	2	3	4	2	2	3	2	4	4	3	3	4	4	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	97
59	4	4	4	3	4	3	2	1	2	4	2	1	4	3	4	3	2	2	4	4	1	1	4	1	4	4	1	4	4	2	86
60	4	3	4	2	4	2	2	2	1	2	3	3	4	3	3	2	3	3	4	4	3	2	2	1	3	4	2	3	2	3	83
61	3	3	4	2	3	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	86
62	3	3	3	2	4	2	3	1	2	3	3	3	3	2	3	2	2	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	80
63	4	3	3	2	4	3	2	1	2	3	1	1	3	1	4	2	3	3	4	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	75
64	2	2	4	2	3	2	2	1	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	1	3	3	1	2	1	2	63
65	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	1	2	4	3	4	3	4	4	3	3	2	4	4	2	2	3	4	4	3	2	97
66	3	3	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	70
67	3	1	2	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	2	4	3	4	3	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	2	3	97
68	3	1	4	3	4	4	3	2	4	4	4	2	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	2	2	101
69	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	4	4	3	3	3	89
70	2	1	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	2	4	4	3	4	2	3	101
71	4	1	3	4	4	1	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	112
72	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	111
73	4	1	4	2	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	4	2	1	2	4	4	2	1	4	1	2	3	3	3	2	2	75
74	4	4	4	2	4	3	2	2	2	2	1	2	2	2	4	2	1	2	4	4	2	1	4	1	2	3	3	3	2	2	76
75	3	3	4	2	4	3	2	2	2	2	1	2	2	2	4	2	1	2	4	4	2	1	4	1	2	3	3	3	2	2	74
76	4	3	3	2	4	3	3	2	2	3	2	2	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	2	2	84

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 21/10/25

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

Access From (repository.uma.ac.id)21/10/25



77	3	1	4	2	4	2	1	2	4	3	2	2	3	4	3	3	2	2	4	4	2	2	3	4	3	4	1	4	3	2	8
----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Access From (repository.uma.ac.id)21/10/25

[illegible]

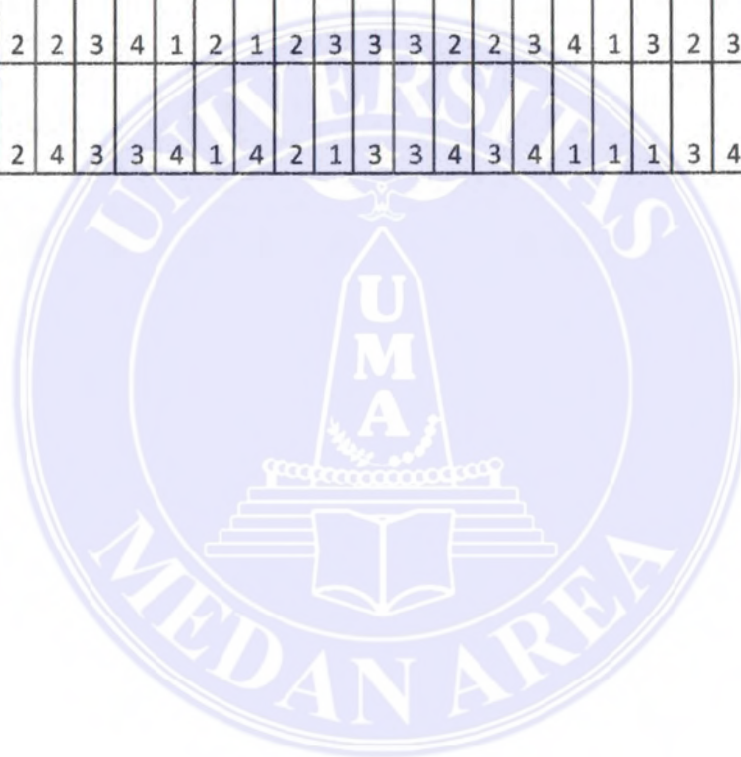
Document Accepted 21/10/25

- Access From (repository.uma.ac.id)21/10/25

Access From (repository.uma.ac.id)21/10/25

Access From (repository.uma.ac.id)21/10/25

6	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	7			
6	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	0		
6	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	4	1	2	1	2	3	2	4	3	3	3	2	4	3	2	1	2	1	1	9		
6	4	4	4	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	2	2	3	2	2	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	1	3
6	5	3	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	7
6	6	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	2	8
6	7	2	2	1	2	3	3	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	7
6	8	3	2	1	1	3	2	2	3	2	3	3	3	1	1	1	1	3	3	3	2	2	2	1	1	1	1	4	1	3	1	1	2	2	1	3	2	1	1	1	1	1	3	2	2	3	1	1	1	8	
6	9	1	2	2	2	3	3	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	3	2	2	4	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	1	2	9		
7	0	2	1	1	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	4	4	3	3	1	2	3	2	3	1	1	4	3	3	2	4	2	2	2	3	2	8			
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	9	
7	2	1	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	6		
7	3	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	1	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	2	3	3	4	2	2	2	1	2	1	1	2	2	3	1	4	1	2	2	4	1	1	0	
7	4	1	4	3	3	3	3	2	2	3	3	1	2	2	2	1	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	1	2	3	3	4	2	2	2	1	2	1	1	2	2	3	1	4	1	2	2	4	1	1	1	

[illegible]

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 21/10/25

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

Access From (repository.uma.ac.id)21/10/25

UJI VALIDITAS

Reliability

		Notes
Output Created		03-AUG-2017 23:41:08
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	77
Missing Value Handling	Matrix Input	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
Syntax		RELIABILITY
		/VARIABLES=VAR00001 VAR00002
		VAR00003 VAR00004 VAR00005
		VAR00006 VAR00007 VAR00008
		VAR00009 VAR00010 VAR00011
		VAR00012 VAR00013 VAR00014
		VAR00015 VAR00016 VAR00017
		VAR00018 VAR00019 VAR00020
		VAR00021 VAR00022 VAR00023
		VAR00024 VAR00025 VAR00026
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.02

Scale: self efficacy

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	77	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	77	100.0

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

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.903	39

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	108.2468	195.478	.195	.904
VAR00002	108.4675	193.173	.407	.901
VAR00003	108.4416	193.645	.363	.901
VAR00004	108.5974	189.454	.540	.899
VAR00005	107.8701	194.930	.351	.902
VAR00006	108.4675	190.831	.439	.900
VAR00007	108.5974	186.875	.558	.899
VAR00008	109.2208	184.964	.605	.898
VAR00009	108.5195	185.384	.628	.897
VAR00010	108.2078	192.219	.356	.901
VAR00011	108.7013	184.844	.561	.898
VAR00012	108.8571	185.571	.574	.898
VAR00013	108.3766	189.054	.550	.899
VAR00014	109.0649	194.298	.261	.903
VAR00015	107.7792	195.253	.294	.902
VAR00016	108.6364	192.866	.323	.902
VAR00017	108.8571	185.177	.602	.898
VAR00018	108.4675	196.226	.173	.904
VAR00019	108.0649	193.562	.371	.901
VAR00020	108.1948	191.790	.431	.901
VAR00021	108.9610	192.722	.281	.903
VAR00022	108.6364	189.156	.407	.901
VAR00023	108.4026	188.533	.533	.899
VAR00024	109.2727	193.227	.239	.904
VAR00025	108.4935	188.595	.502	.899
VAR00026	108.1169	192.868	.460	.900
VAR00027	108.6753	184.775	.672	.897
VAR00028	108.5065	186.122	.656	.897
VAR00029	109.0519	189.050	.479	.900
VAR00030	109.0000	188.632	.530	.899
VAR00031	108.1429	188.335	.569	.899
VAR00032	108.5974	187.402	.546	.899
VAR00033	108.8961	187.384	.537	.899
VAR00034	108.5844	186.325	.600	.898
VAR00035	109.1429	203.150	-.141	.909
VAR00036	108.6234	191.659	.365	.901
VAR00037	108.3636	196.129	.139	.905
VAR00038	107.8312	196.563	.177	.904
VAR00039	108.8571	191.835	.300	.903

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
111.4156	200.378	14.15548	39

NEW FILE.

DATASET NAME DataSet1 WINDOW=FRONT.

RELIABILITY

/VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007
VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VAR00014 VAR00015 VAR00016
VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020 VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025
VAR00026 VAR00027 VAR00028 VAR00029 VAR00030

/SCALE('reinforcement') ALL

```

/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=SCALE
/SUMMARY=TOTAL.

```

Reliability

		Notes
Output Created		03-AUG-2017 23:43:17
Comments		
Input	Active Dataset Filter Weight Split File N of Rows in Working Data File Matrix Input	DataSet1 <none> <none> <none>
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.
Syntax		RELIABILITY /VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020 VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026 VAR00027 VAR00028 VAR00029 VAR00030 /SCALE('reinforcement') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=SCALE /SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time Elapsed Time	00:00:00.02 00:00:00.02

Scale: reinforcement

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	39	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	39	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.788	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	81.9231	74.968	-.336	.803
VAR00002	82.5897	72.196	-.062	.800
VAR00003	81.4359	67.989	.273	.784
VAR00004	82.2308	67.656	.351	.780
VAR00005	81.1282	70.852	.092	.790
VAR00006	81.5128	67.151	.446	.777
VAR00007	81.7949	66.694	.352	.780
VAR00008	82.4359	64.779	.448	.775
VAR00009	81.6923	65.324	.474	.774
VAR00010	81.3846	68.822	.212	.786
VAR00011	81.7436	64.038	.557	.770
VAR00012	81.9744	63.289	.603	.767
VAR00013	81.6667	69.596	.164	.788
VAR00014	82.2308	70.287	.113	.790
VAR00015	81.0513	69.945	.157	.788
VAR00016	81.6410	69.920	.155	.788
VAR00017	82.1026	65.358	.499	.773
VAR00018	81.7436	68.933	.216	.786
VAR00019	81.4615	67.571	.332	.781
VAR00020	81.6667	68.596	.219	.786
VAR00021	82.1282	66.009	.310	.782
VAR00022	81.5897	65.880	.372	.779
VAR00023	81.7949	64.536	.523	.771
VAR00024	82.3333	67.439	.271	.784
VAR00025	81.6154	68.401	.267	.784
VAR00026	81.4615	68.939	.301	.783
VAR00027	81.8718	65.694	.510	.773
VAR00028	81.8974	69.305	.172	.788
VAR00029	82.1795	66.520	.379	.779
VAR00030	82.3077	67.166	.319	.782

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
84.6410	72.026	8.48679	30

DATASET ACTIVATE DataSet0.

NEW FILE.

DATASET NAME DataSet2 WINDOW=FRONT.

RELIABILITY

```

/VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007
VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VAR00014 VAR00015 VAR00016
VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020 VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025
VAR00026 VAR00027 VAR00028 VAR00029 VAR00030 VAR00031 VAR00032 VAR00033 VAR00034
VAR00035 VAR00036 VAR00037 VAR00038 VAR00039 VAR00040 VAR00041 VAR00042 VAR00043
VAR00044 VAR00045 VAR00046
/SCALE('kecemasan') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=SCALE
/SUMMARY=TOTAL.

```

Reliability

Notes		
Output Created		03-AUG-2017 23:45:42
Comments		
Input	Active Dataset Filter Weight Split File N of Rows in Working Data File Matrix Input	DataSet2 <none> <none> <none>
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=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020 VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026 VAR00027 VAR00028 VAR00029 VAR00030 VAR00031 VAR00032 VAR00033 VAR00034 VAR00035 VAR00036 VAR00037 VAR00038 VAR00039 VAR00040 VAR00041 VAR00042 VAR00043 VAR00044 VAR00045 VAR00046 /SCALE('kecemasan') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=SCALE /SUMMARY=TOTAL.
Syntax		77
Resources	Processor Time Elapsed Time	00:00:00.02 00:00:00.02

Scale: kecemasan

Case Processing Summary

	N	%
Valid	77	100.0
Excluded ^a	0	.0
Total	77	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.955	46

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	99.6234	468.817	.527	.955
VAR00002	99.4675	459.279	.752	.953
VAR00003	100.0649	474.719	.447	.955
VAR00004	99.6753	472.222	.478	.955
VAR00005	99.7013	462.054	.722	.953
VAR00006	99.4805	466.490	.610	.954
VAR00007	99.8831	467.815	.615	.954
VAR00008	99.8571	479.177	.330	.955
VAR00009	99.7143	475.154	.429	.955
VAR00010	99.7013	462.212	.695	.954
VAR00011	100.0909	464.163	.633	.954
VAR00012	99.7403	462.063	.684	.954
VAR00013	99.8571	475.203	.472	.955
VAR00014	99.9091	474.663	.472	.955
VAR00015	100.0649	468.640	.612	.954
VAR00016	99.4805	465.595	.613	.954
VAR00017	99.6234	464.422	.697	.954
VAR00018	99.2208	474.832	.462	.955
VAR00019	99.5714	464.274	.709	.954
VAR00020	99.7013	461.554	.776	.953
VAR00021	99.9740	467.736	.617	.954
VAR00022	99.7792	471.174	.560	.954
VAR00023	100.0909	474.768	.521	.955
VAR00024	99.7143	464.365	.729	.953
VAR00025	99.7143	463.523	.724	.953
VAR00026	100.0130	480.276	.299	.956
VAR00027	99.9221	475.941	.448	.955
VAR00028	99.6494	463.178	.749	.953
VAR00029	99.3766	467.185	.587	.954
VAR00030	100.2727	485.490	.166	.956
VAR00031	100.1948	480.317	.371	.955
VAR00032	100.1169	473.210	.495	.955
VAR00033	99.9091	483.715	.175	.956
VAR00034	99.7273	476.648	.397	.955
VAR00035	100.2727	486.201	.159	.956
VAR00036	100.0519	470.366	.545	.954
VAR00037	99.8312	463.984	.646	.954
VAR00038	99.5844	463.193	.713	.954
VAR00039	99.4675	466.857	.705	.954
VAR00040	99.8312	482.379	.215	.956
VAR00041	99.1429	472.308	.502	.955
VAR00042	99.6753	467.906	.607	.954
VAR00043	99.7532	464.162	.702	.954
VAR00044	99.7013	470.633	.570	.954
VAR00045	99.5974	462.823	.603	.954
VAR00046	100.2078	472.114	.523	.955

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
102.0000	490.947	22.15733	46

Hasil Uji validitas

Skala Efficacy

Koefisien Reliabilitas = 0.903

	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13			16	17		19	20
	22	23		25	26	27	28	29	30
31	32	33	34		36			39	

SkalaReinforcement

Koefisien Reliabilitas = 0.788

			4		6	7	8	9	
1	1					1		1	
1	2					7		9	
2	2	2		2	2	2		2	30
1	2	3		5	6	7		9	

Skala Kecemasan

Koefisien Reliabilitas = 0.955

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		27	28	29	
31	32		34	35	36	37	38	39	
41	42	43	44	45	46				

UJI NORMALITAS

```

NPAR TESTS
  /K-S(NORMAL)=x1 x2 y
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING ANALYSIS.

```

NPar Tests

Notes		
Output Created		03-AUG-2017 23:57:32
Comments		
Input	Active Dataset Filter Weight Split File N of Rows in Working Data File	DataSet3 <none> <none> <none> 105
Missing Value Handling	Definition of Missing Cases Used	User-defined missing values are treated as missing. Statistics for each test are based on all cases with valid data for the variable(s) used in that test.
Syntax		NPAR TESTS /K-S(NORMAL)=x1 x2 y /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING ANALYSIS.
Resources	Processor Time Elapsed Time Number of Cases Allowed ^a	00:00:00.02 00:00:00.02 131072

a. Based on availability of workspace memory.

[DataSet3]

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
self efficacy	77	85.8052	12.68862	60.00	117.00
Reinforcement	77	46.3377	8.23441	31.00	68.00
Kecemasan	77	94.0260	21.43041	45.00	150.00

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		self efficacy	reinforcement	kecemasan
N		77	77	77
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	85.8052	46.3377	94.0260
	Std. Deviation	12.68862	8.23441	21.43041
Most Extreme Differences	Absolute	.138	.121	.087
	Positive	.138	.121	.053
	Negative	-.067	-.074	-.087
Kolmogorov-Smirnov Z		1.209	1.064	.760
Asymp. Sig. (2-tailed)		.107	.207	.610

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

```
EXAMINE VARIABLES=x1 x2 y
/PLOT BOXPLOT STEMLEAF
/COMPARE GROUPS
/STATISTICS EXTREME
/MISSING LISTWISE
/NOTOTAL.
```

Explore

Notes		
Output Created		03-AUG-2017 23:57:41
Comments		
Input	Active Dataset Filter Weight Split File N of Rows in Working Data File	DataSet3 <none> <none> <none> 105
Missing Value Handling	Definition of Missing Cases Used	User-defined missing values for dependent variables are treated as missing. Statistics are based on cases with no missing values for any dependent variable or factor used. EXAMINE VARIABLES=x1 x2 y /PLOT BOXPLOT STEMLEAF /COMPARE GROUPS /STATISTICS EXTREME /MISSING LISTWISE /NOTOTAL.
Syntax		
Resources	Processor Time Elapsed Time	00:00:00.61 00:00:00.52

[DataSet3]

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
self efficacy	77	73.3%	28	26.7%	105	100.0%
Reinforcement	77	73.3%	28	26.7%	105	100.0%
Kecemasan	77	73.3%	28	26.7%	105	100.0%

Extreme Values

		Case Number	Value
self efficacy	Highest	72	117.00
		71	114.00
		1	111.00
		45	111.00
		32	109.00
self efficacy	Lowest	64	60.00
		51	63.00
		6	64.00
		52	67.00
		66	68.00

Reinforcement	Highest	1	72	68.00
		2	71	64.00
		3	45	63.00
		4	1	62.00
		5	16	61.00 ^a
	Lowest	1	51	31.00
		2	64	32.00
		3	52	34.00
		4	49	34.00
		5	7	34.00
Kecemasan	Highest	1	49	150.00
		2	6	141.00
		3	59	132.00
		4	51	130.00
		5	64	124.00
	Lowest	1	71	45.00
		2	12	52.00
		3	27	54.00
		4	30	57.00
		5	56	59.00

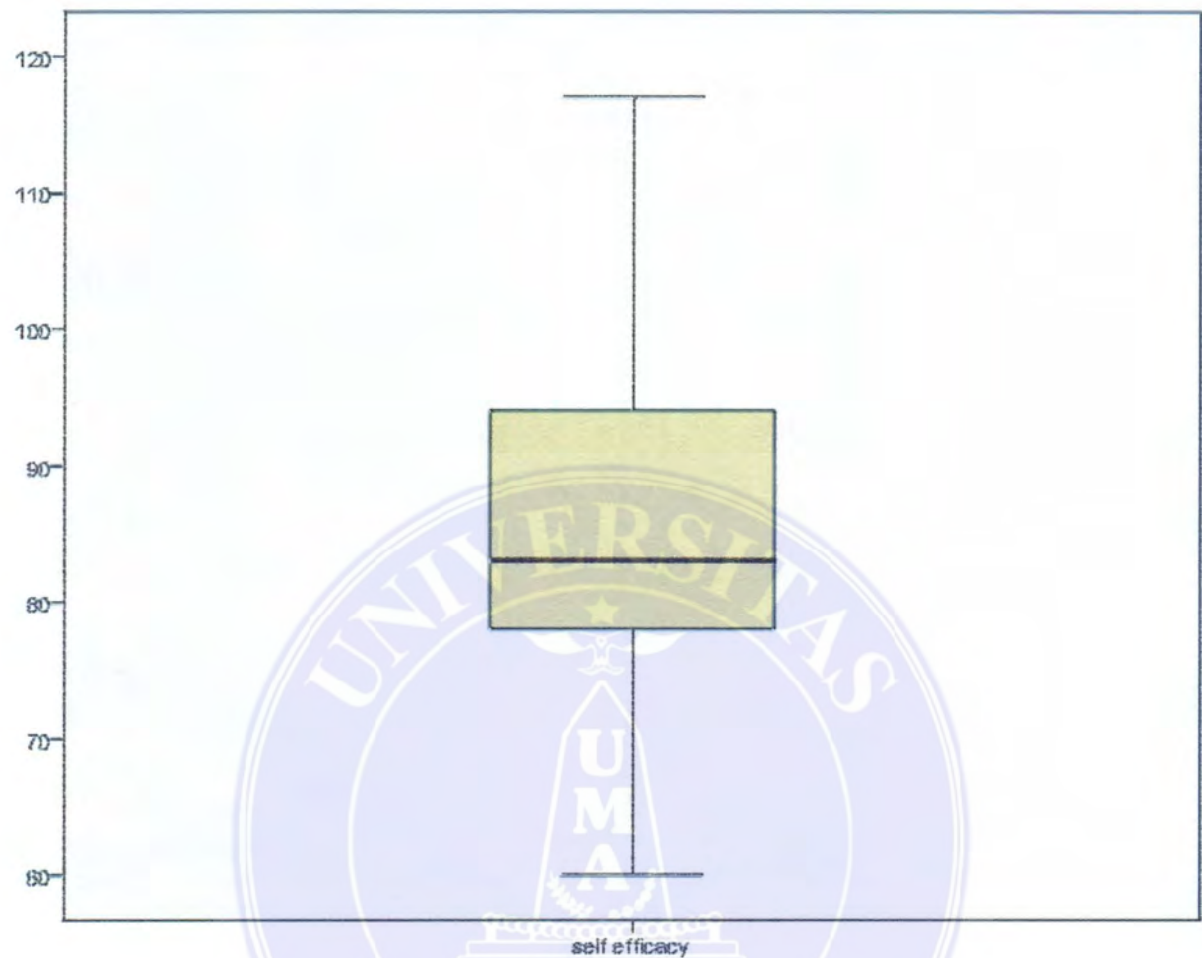
a. Only a partial list of cases with the value 61.00 are shown in the table of upper extremes.

self efficacy

self efficacy Stem-and-Leaf Plot

Frequency	Stem &	Leaf
3.00	6 .	034
4.00	6 .	7899
5.00	7 .	00233
9.00	7 .	556678889
22.00	8 .	0001111112222223333344
11.00	8 .	55566777789
4.00	9 .	0004
5.00	9 .	77789
5.00	10 .	01144
5.00	10 .	55559
3.00	11 .	114
1.00	11 .	7

Stem width: 10.00
Each leaf: 1 case(s)



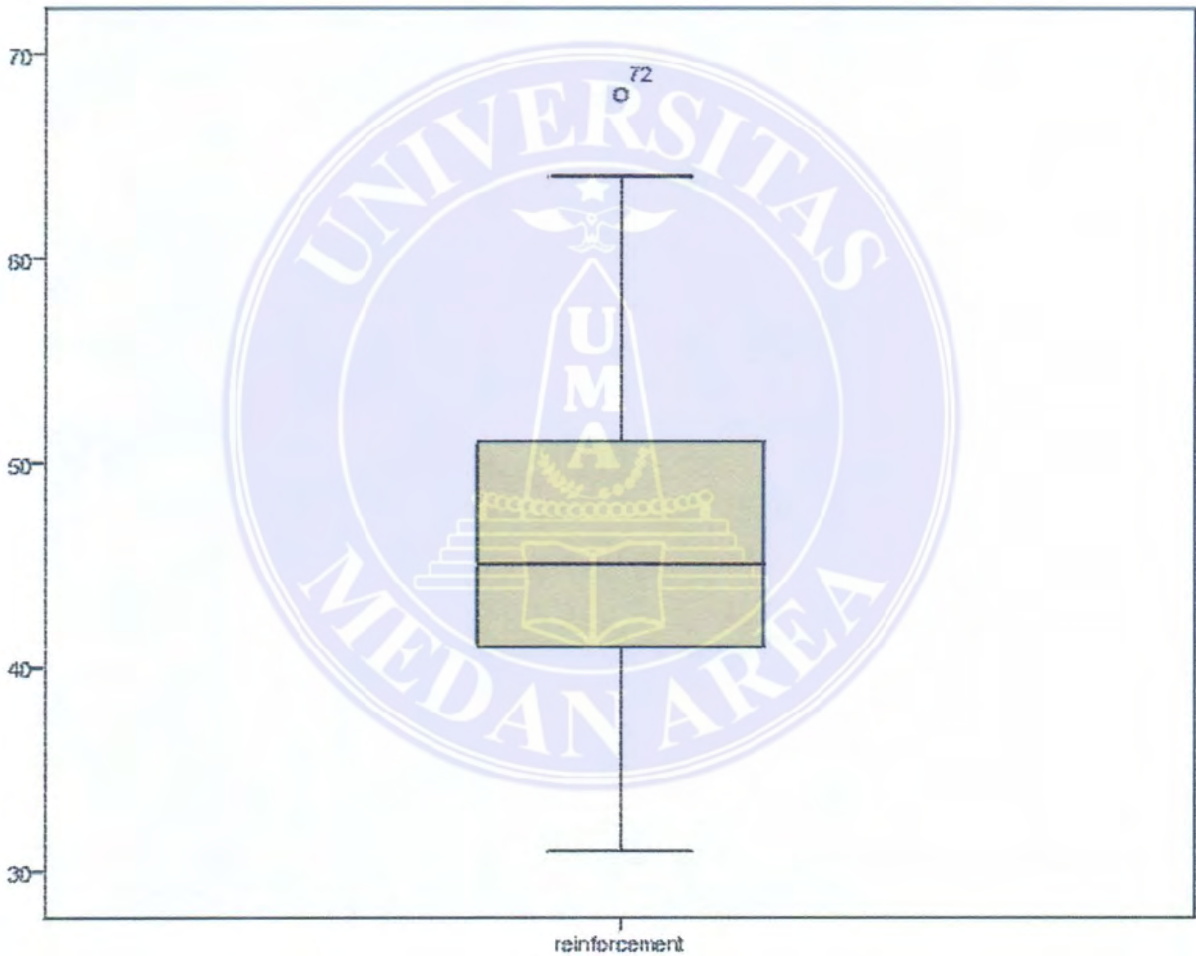
reinforcement

reinforcement Stem-and-Leaf Plot

Frequency	Stem &	Leaf
1.00	3 .	1
1.00	3 .	2
4.00	3 .	4445
4.00	3 .	7777
6.00	3 .	888899
7.00	4 .	0001111
8.00	4 .	23333333
10.00	4 .	4444455555
7.00	4 .	6666677
6.00	4 .	888888
4.00	5 .	0011

```
2.00      5 . 23
2.00      5 . 45
6.00      5 . 666666
3.00      5 . 889
2.00      6 . 11
2.00      6 . 23
1.00      6 . 4
1.00 Extremes      (>=68)

Stem width:      10.00
Each leaf:       1 case(s)
```

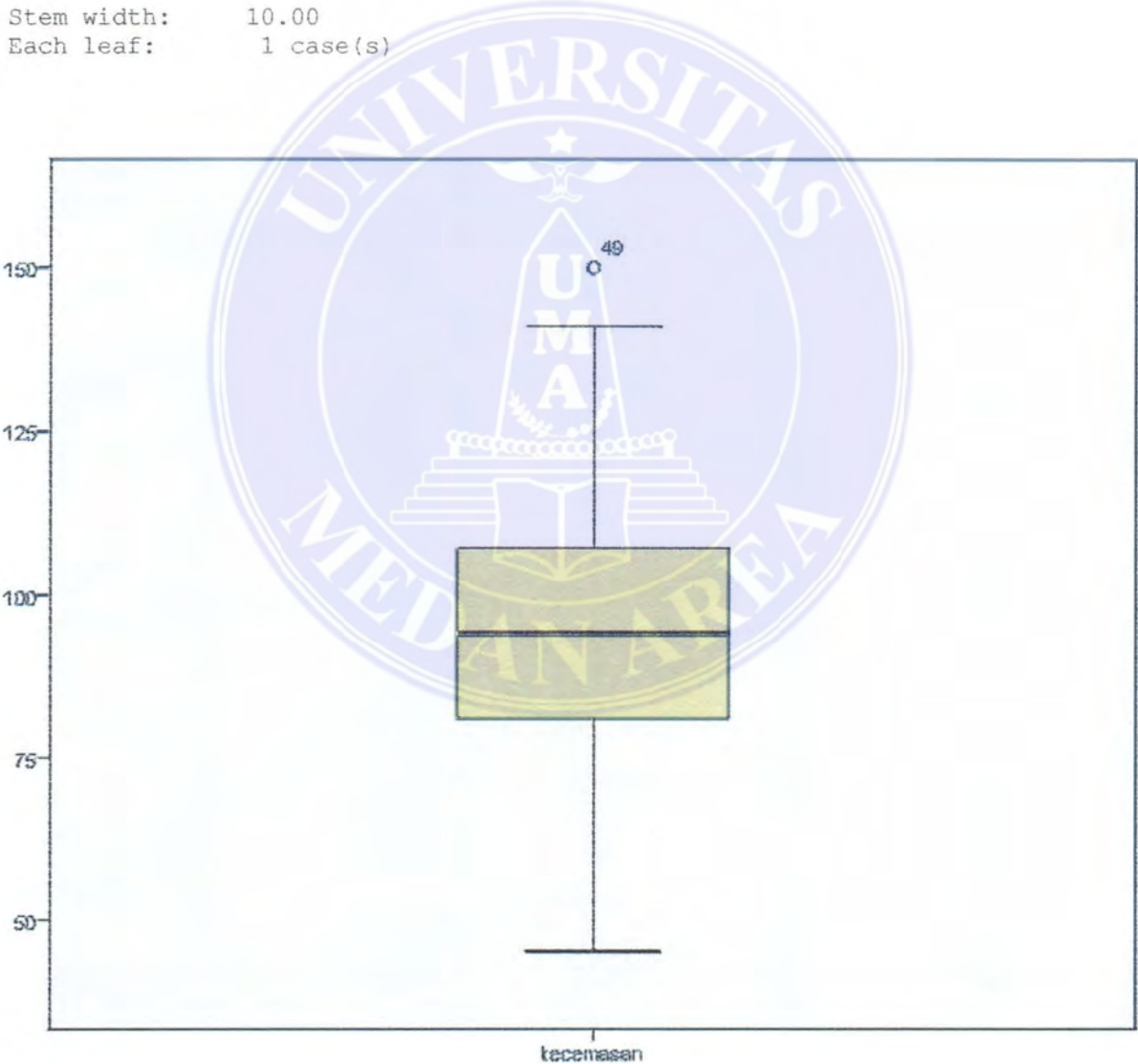


kecemasan

kecemasan Stem-and-Leaf Plot

Frequency	Stem &	Leaf
1.00	4 .	5
4.00	5 .	2479
6.00	6 .	004899
6.00	7 .	011134
16.00	8 .	0012455557788999
10.00	9 .	0222346788
17.00	10 .	22222445555666789
9.00	11 .	023445779
4.00	12 .	0024
2.00	13 .	02
1.00	14 .	1
1.00	Extremes	(>=150)

Stem width: 10.00
Each leaf: 1 case(s)



UJI LINIERITAS

```
MEANS TABLES=y BY x1 x2
/CELLS MEAN COUNT STDDEV
/STATISTICS LINEARITY.
```

Means

Notes		
Output Created		03-AUG-2017 23:59:32
Comments		
Input	Active Dataset Filter Weight Split File N of Rows in Working Data File	DataSet3 <none> <none> <none> 105
Missing Value Handling	Definition of Missing	For each dependent variable in a table, user-defined missing values for the dependent and all grouping variables are treated as missing.
	Cases Used	Cases used for each table have no missing values in any independent variable, and not all dependent variables have missing values.
Syntax		MEANS TABLES=y BY x1 x2 /CELLS MEAN COUNT STDDEV /STATISTICS LINEARITY.
Resources	Processor Time Elapsed Time	00:00:00.03 00:00:00.03

[DataSet3]

Case Processing Summary						
	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
kecemasan * self efficacy	77	73.3%	28	26.7%	105	100.0%
kecemasan * reinforcement	77	73.3%	28	26.7%	105	100.0%

kecemasan * self efficacy

Report			
kecemasan			
self efficacy	Mean	N	Std. Deviation
60.00	124.0000	1	.
63.00	130.0000	1	.
64.00	141.0000	1	.
67.00	106.0000	1	.
68.00	120.0000	1	.

69.00	98.5000	2	23.33452
70.00	86.5000	2	21.92031
72.00	71.0000	1	.
73.00	114.5000	2	3.53553
75.00	103.5000	2	2.12132
76.00	101.0000	2	4.24264
77.00	110.0000	1	.
78.00	110.3333	3	7.57188
79.00	102.0000	1	.
80.00	98.0000	3	14.17745
81.00	100.5000	6	31.55788
82.00	99.6667	6	22.56251
83.00	94.2000	5	19.31839
84.00	95.5000	2	2.12132
85.00	105.0000	3	3.00000
86.00	92.0000	2	.00000
87.00	93.2500	4	27.06012
88.00	85.0000	1	.
89.00	89.0000	1	.
90.00	106.3333	3	15.94783
94.00	84.0000	1	.
97.00	76.0000	3	19.15724
98.00	80.0000	1	.
99.00	69.0000	1	.
100.00	88.0000	1	.
101.00	68.5000	2	6.36396
104.00	59.5000	2	.70711
105.00	81.0000	4	6.16441
109.00	68.0000	1	.
111.00	86.5000	2	21.92031
114.00	45.0000	1	.
117.00	60.0000	1	.
Total	94.0260	77	21.43041

ANOVA Table

			Sum of Squares	df
kecemasan * self efficacy	Between Groups	(Combined)	20212.231	36
		Linearity	12526.850	1
		Deviation from Linearity	7685.381	35
	Within Groups		14691.717	40
	Total		34903.948	76

ANOVA Table

			Mean Square	F
kecemasan * self efficacy	Between Groups	(Combined)	561.451	1.529
		Linearity	12526.850	34.106
		Deviation from Linearity	219.582	.598
	Within Groups		367.293	
	Total			

ANOVA Table

			Sig.
kecemasan * self efficacy	Between Groups	(Combined)	.096
		Linearity	.000
		Deviation from Linearity	.938

	Within Groups	
	Total	

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
kecemasan * self efficacy	-.599	.359	.761	.579

kecemasan * reinforcement

Report

kecemasan reinforcement	Mean	N	Std. Deviation
31.00	130.0000	1	.
32.00	124.0000	1	.
34.00	109.0000	3	39.58535
35.00	117.0000	1	.
37.00	108.5000	4	6.02771
38.00	99.2500	4	20.48373
39.00	112.0000	2	2.82843
40.00	94.6667	3	11.37248
41.00	119.2500	4	20.66196
42.00	98.0000	1	.
43.00	96.0000	7	12.52996
44.00	101.6000	5	16.59217
45.00	107.0000	5	7.58288
46.00	99.4000	5	21.31431
47.00	88.5000	2	2.12132
48.00	94.5000	6	11.43241
50.00	70.5000	2	26.16295
51.00	63.0000	2	8.48528
52.00	88.0000	1	.
53.00	73.0000	1	.
54.00	84.0000	1	.
55.00	60.0000	1	.
56.00	68.3333	6	12.04436
58.00	88.5000	2	.70711
59.00	80.0000	1	.
61.00	77.5000	2	4.94975
62.00	71.0000	1	.
63.00	102.0000	1	.
64.00	45.0000	1	.
68.00	60.0000	1	.
Total	94.0260	77	21.43041

ANOVA Table

		Sum of Squares	df
kecemasan * reinforcement	(Combined)	22599.548	29
	Between Groups	14669.928	1
	Linearity	7929.620	28
	Deviation from Linearity		

Within Groups	12304.400	47
Total	34903.948	76

ANOVA Table

		Mean Square	F
kecemasan * reinforcement	(Combined)	779.295	2.977
	Between Groups	14669.928	56.036
	Linearity	283.201	1.082
	Deviation from Linearity	261.796	
Within Groups			
Total			

ANOVA Table

		Sig.
kecemasan * reinforcement	(Combined)	.000
	Between Groups	.000
	Linearity	.397
	Deviation from Linearity	
Within Groups		
Total		

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
kecemasan * reinforcement	-.648	.420	.805	.647

REGRESSION

```

/MISSING LISTWISE
/STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA
/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)
/NOORIGIN
/DEPENDENT y
/METHOD=ENTER x1 x2.

```

Regression

Notes

Output Created	04-AUG-2017 00:01:04
Comments	
Input	Active Dataset Filter Weight Split File N of Rows in Working Data File 105
Missing Value Handling	Definition of Missing Cases Used User-defined missing values are treated as missing. Statistics are based on cases with no missing values for any variable used.

Syntax		REGRESSION /MISSING LISTWISE /STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA /CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10) /NOORIGIN /DEPENDENT y /METHOD=ENTER x1 x2.	
Resources	Processor Time		00:00:00.02
	Elapsed Time		00:00:00.02
	Memory Required	1636 bytes	
	Additional Memory Required for Residual Plots	0 bytes	

[DataSet3]

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	reinforcement, self efficacy ^b		Enter

a. Dependent Variable: kecemasan

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.649 ^a	.421	.405	16.52867

a. Predictors: (Constant), reinforcement, self efficacy

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	14687.370	2	7343.685	26.881	.000 ^b
	Residual	20216.578	74	273.197		
	Total	34903.948	76			

a. Dependent Variable: kecemasan

b. Predictors: (Constant), reinforcement, self efficacy

UJI HIPOTESIS

```
REGRESSION
/DESCRIPTIVES MEAN STDDEV CORR SIG N
/MISSING LISTWISE
/STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA CHANGE
/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)
/NOORIGIN
/DEPENDENT y
/METHOD=ENTER x1 x2.
```

Regression

Notes		
Output Created	04-AUG-2017 00:02:17	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet3
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	105
Missing Value Handling	File	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on cases with no missing values for any variable used.
Syntax	REGRESSION	
	/DESCRIPTIVES MEAN STDDEV	
	CORR SIG N	
	/MISSING LISTWISE	
	/STATISTICS COEFF OUTS R	
	ANOVA CHANGE	
	/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)	
Resources	/NOORIGIN	
	/DEPENDENT y	
	/METHOD=ENTER x1 x2.	
Processor Time		00:00:00.00
Elapsed Time		00:00:00.00

Memory Required	1636 bytes
Additional Memory Required for Residual Plots	0 bytes

[DataSet3]

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
kecemasan	94.0260	21.43041	77
self efficacy	85.8052	12.68862	77
reinforcement	46.3377	8.23441	77

Correlations

		kecemasan	self efficacy	reinforcement
Pearson Correlation	kecemasan	1.000	-.599	-.648
	self efficacy	-.599	1.000	.936
	reinforcement	-.648	.936	1.000
Sig. (1-tailed)	kecemasan	.000	.000	.000
	self efficacy	.000	.	.000
	reinforcement	.000	.000	.
N	kecemasan	77	77	77
	self efficacy	77	77	77
	reinforcement	77	77	77

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	reinforcement, self efficacy ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: kecemasan

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics		
					R Square Change	F Change	df1
1	.649 ^a	.421	.405	16.52867	.421	26.881	2

Model Summary

Model	Change Statistics	
	df2	Sig. F Change
1	74 ^a	.000

a. Predictors: (Constant), reinforcement, self efficacy

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	14687.370	2	7343.685	26.881	.000 ^b
	Residual	20216.578	74	273.197		
	Total	34903.948	76			

a. Dependent Variable: kecemasan

b. Predictors: (Constant), reinforcement, self efficacy

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	170.172	13.503		12.602	.000
	self efficacy	.107	.425	.064	.253	.801
	reinforcement	-1.842	.655	-.708	-2.812	.006

a. Dependent Variable: kecemasan



Nomor : /045/PPS-UMA/WDI/01/V/2017
Lampiran : -
Hal : Pengambilan Data

20 Mei 2017

Kepada Yth
Kepala Prodi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Langsa
Di -
Tempat.

Dengan hormat,
Sehubungan dengan adanya Tugas Akhir mahasiswa Program Pascasarjana Magister Psikologi Universitas Medan Area, kami mohon kesediaan Saudara untuk memberikan izin kepada mahasiswa yang tersebut namanya di bawah ini

N a m a : Rizna Azri Melda
NPM : 151804088
Program Studi : Magister Psikologi
Konsentrasi : Pendidikan

Untuk melaksanakan pengambilan data di instansi yang Saudara pimpin sebagai bahan melengkapi tugas-tugas penulisan Tesis pada Program Pascasarjana Magister Psikologi Universitas Medan Area.

Disamping itu perlu kami sampaikan bahwa mahasiswa yang tersebut diatas mengambil judul” ***Pengaruh Self Efficacy Dan Reinforcement Terhadap Kecemasan Dalam Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Langsa***”.

Demikian disampaikan, atas bantuan dan kerjasama yang baik diucapkan terimakasih.

Wakil Direktur Bld. Akademik

Ir. Ewim Pane, M.S.

Tembusan :
1. Ketua Program Studi – M.PSi
2. Pertiingaldif



**KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
ZAWIYAH COT KALA LANGSA**

Jln. Meuradeh – Kota Langsa – Aceh Telp. 0641-22618/23128
Fax. 0641-435139

Nomor : Sti.45/PS.01/21/1780/2017

Langsa, 20 juli 2017

Lampiran : -

Perihal : **Telah Selesai Melakukan Pengambilan Data**

Kepada Yth,
Kepala Prodi Magister Psikologi Universitas Medan Area
di –

Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Dengan hormat,

Dengan ini kami beritahukan kepada Bapak/Ibu bahwa Mahasiswa yang tersebut dibawah ini :

Nama : Rizna Azri Melda
NPM : 151804088
Program Studi : Magister Psikologi
Konsentrasi : Pendidikan

Telah menyelesaikan penelitian di prodi bimbingan konseling islam (IAIN) Langsa dengan judul “ **Pengaruh Self Efficacy dan Reinforcement Terhadap Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Langsa** “.

Demikian telah disampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

An. Ketua

Ketua Bidang Akademik
dan Pengembangan Lembaga



Drs. H. Asri Ibrahim, MA
NIP. 19670214 199802 1 001