

BAB IV

PELAKSANAAN, HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian

4.1.1. Orientasi Kancan

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Negeri 10 Medan yang beralamat di jalan Tengku Cik Dik Tiro Medan. SMK negeri 10 Medan berdekatan dengan kantor dinas pendidikan provinsi Sumatera Utara. SMK Negeri 10 Medan mengasuh 4 jurusan yaitu. Jurusan tata kecantikan, tata busana, tata boga dan multimedia.

Proses belajar mengajar diterapkan proses pelajaran yang seimbang yakni 50% praktek dan 50% teori. Selain itu dalam satu proses pembelajaran diasuh oleh dua orang guru, tujuannya agar kegiatan belajar lebih efektif dan siswa lebih dapat diawasi.

4.1.2. Persiapan Penelitian

a. Persiapan Administrasi

Sebelum penelitian dilaksanakan, terlebih dahulu dilakukan persiapan-persiapan yang berkaitan dengan administrasi penelitian yang meliputi perizinan penelitian di SMK Negeri 10 Medan. Prosedur penelitian ini dimulai dari menghubungi pihak SMK Negeri 10 Medan secara informal dan meminta kesediaannya agar memberikan izin kepada peneliti untuk mengadakan penelitian di SMK Negeri 10 Medan tersebut. Selanjutnya setelah ada persetujuan dari pihak SMK Negeri 10 Medan, maka peneliti mengurus surat pengantar penelitian dari Program Pascasarjana Magister Psikologi Universitas Medan Area yang ditujukan kepada SMK Negeri 10 Medan.

b. Persiapan Alat Ukur Penelitian

Persiapan yang dimaksud adalah mempersiapkan alat ukur yang nantinya digunakan untuk penelitian, yakni penyusunan skala efikasi diri, skala lingkungan belajar dan skala kecemasan berbicara di depan umum.

1. Skala Efikasi Diri

Skala efikasi diri disusun berdasarkan tiga aspek yang dikemukakan Bandura (1997) yaitu *magnitude*, *generality*, dan *strength*.

Tabel 1. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Efikasi Diri Sebelum Uji Coba

No	Aspek-aspek	Nomor Butir		Jumlah
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1	<i>Magnitude</i>	1,5,10,14,18,23	20,25,26,30,37	11
2	<i>Generality</i>	12,16,17,22,24,32,33,35,39	8,9,13,15,31,36	15
3	<i>Strength</i>	2,3,4,6,7,11,19,21	27,28,29,34,38,40	14
Jumlah		23	17	40

2. Skala Lingkungan Belajar

Skala lingkungan belajar disusun berdasarkan tiga aspek yang dikemukakan Ki Hajar Dewantara (dalam Hadi, 2003) yaitu: hubungan antara guru dengan siswa, hubungan antara siswa dengan siswa yang Lain, dan alat belajar.

Tabel 2. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Lingkungan Belajar Sebelum Uji Coba

No	Aspek-aspek	Nomor Butir		Jumlah
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1	Hubungan antara guru dengan siswa	1,2,3,7,9,11,20,21,22	14,16,17,18,19,23	15
2	Hubungan antara siswa dengan siswa yang Lain	15,24,27,29,30	33,34,37	8
3	Alat belajar	8,12,32,35,36,38,39	4,5,6,10,13,25,26,28,31,40	17
Jumlah		21	19	40

3. Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Skala kecemasan berbicara di depan umum dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Rogers (2004) yang membagi ciri-ciri kecemasan berbicara di depan umum menjadi tiga, yaitu komponen fisik, komponen proses mental, dan komponen emosional.

Tabel 3. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Kecemasan Berbicara Sebelum Uji Coba

No	Ciri-ciri	Nomor Butir		Jumlah
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1	Komponen Fisik	1,2,6,8,11,12,15	14,17,19,23,24,27,30,31,33,36	17
2	Komponen Proses Mental	3,4,22,	9,25,26	6
3	Komponen Emosional	7,21,28,38	5,10,13,16,18,20,29,32,34,35,37	15
Jumlah		14	24	38

Ketiga skala dalam penelitian ini disusun dengan menggunakan skala Likert 4 pilihan jawaban, yakni Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju dan Sangat Tidak Setuju. Pernyataan disusun dalam bentuk *favourable* dan *unfavourable*. Penilaian yang diberikan untuk jawaban *favourable*, yakni “SS (Sangat Setuju)” diberi nilai 4, jawaban “S (Setuju)” diberi nilai 3, jawaban “TS (Tidak Setuju)” diberi nilai 2 dan jawaban “STS (Sangat Tidak Setuju)” diberi nilai 1. Sedangkan untuk item yang *unfavourable*, maka penilaian yang diberikan untuk jawaban “SS (Sangat Setuju)” diberi nilai 1, jawaban “S (Setuju)” diberi nilai 2, jawaban “TS (Tidak Setuju)” diberi nilai 3 dan jawaban “STS (Sangat Tidak Setuju)” diberi nilai 4.

4.1.3. Uji Coba Alat Ukur

Pelaksanaan uji coba ketiga skala ini, dilakukan pada tanggal 13 sampai 16 Mei 2016 pada siswa SMK Negeri 10 Medan sebanyak 40 orang siswa. Dalam

tahap uji coba ini, langkah awalnya adalah menghubungi guru BK serta menghubungi Kepala Sekolah. Kemudian dalam hal penyebaran skala ini, peneliti, mendatangi ruangan kelas yang telah ditentukan pihak sekolah, kemudian meminta izin dari guru yang mengajar, setelah segala sesuatunya dianggap selesai kemudian peneliti memberikan penjelasan akan maksud dan tujuan menyebarkan skala, sekaligus memberikan instruksi mengenai tata cara mengisi skala ukur.

Setelah para siswa memahami, maka skala dibagikan kepada 40 orang untuk dimintai bantuannya mengisi skala. Waktu yang disediakan untuk mengisi skala adalah selama 40 menit.

Setelah para siswa selesai melakukan pengisian skala, maka dilakukan pemeriksaan. Berdasarkan hasil pemeriksaan secara umum dari keseluruhan jawaban para siswa, diketahui bahwa para siswa telah memberikan jawaban sesuai dengan petunjuk pengerjaan.

Setelah skala terkumpul, selanjutnya dilakukan penilaian terhadap butir skala dengan cara membuat format nilai berdasarkan skor-skor yang ada pada setiap lembarnya, kemudian skor yang merupakan pilihan subjek pada setiap butir pernyataan dipindahkan ke komputer dengan program *microsoft excel* yang diformat sesuai dengan keperluan tabulasi data, yaitu lajur untuk nomor pernyataan dan baris untuk nomor subjek.

Berdasarkan hasil uji coba skala efikasi diri dengan jumlah 40 butir pernyataan, diketahui 16 butir yang gugur dan 24 pernyataan yang valid. Nilai validitas dari 24 butir yang valid tersebut bergerak dari $r_{xy} = 0,311$ sampai $r_{xy} = 0,654$. Setelah butir-butir dianalisis dengan teknik korelasi Analisis *Product*

Moment kemudian dilanjutkan dengan analisis keandalan (reliabilitas) dengan

menggunakan rumus Alpha. Indeks reliabilitas yang diperoleh sebesar $r_{tt} = 0,883$. Dengan demikian skala yang disusun dalam penelitian ini dinyatakan reliabel, yaitu dapat digunakan pada saat yang lain dalam mengungkap tentang efikasi diri. Tabel berikut adalah merupakan distribusi penyebaran butir-butir pernyataan skala efikasi diri setelah uji coba.

Tabel 4. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Efikasi Diri Setelah Uji Coba

No	Aspek-aspek	Nomor Butir				Jlh Vld
		<i>Favourable</i>		<i>Unfavourable</i>		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	<i>Magnitude</i>	1,5,10	14,18,23	20,26,30	25,37	6
2	<i>Generality</i>	12,16,17,39	22,24,32,33,35	8,9,13,15,36	31	9
3	<i>Strength</i>	2,3,4,6,11,19,21	7	28,34	27,29,38,40	9
Jumlah		14	9	10	7	24

Kemudian berdasarkan pengujian validitas dari butir-butir pernyataan skala lingkungan belajar yang terdiri dari 40 butir pernyataan, diketahui terdapat 14 butir pernyataan yang gugur dan 26 butir yang valid. Angka korelasi butir yang valid, bergerak dari r_{bt} 0,381 sampai r_{bt} 0,640. Berikut adalah merupakan tabel penyebaran butir-butir pernyataan skala lingkungan belajar setelah uji coba.

Tabel 5. Distribusi Penyebaran Butir-butir Skala Lingkungan Belajar Setelah Uji Coba

NO	Aspek-aspek	NOMOR BUTIR				Jlh Vld
		Favourable		Unfavourable		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Hubungan antara guru dengan siswa	1,7,11	2,3,9,20,21,22	14,17,18,19,23	16	8
2	Hubungan antara siswa dengan siswa yang Lain	24,27,29,30	15	33,37	34	6
3	Alat belajar	8,32,36,38,39	12,35	4,10,13,25,26,28,40	5,6,31	12
TOTAL		12	9	14	5	26

Selanjutnya dari pengujian reliabilitas yang menggunakan rumus Alpha Cronbach, diperoleh hasil r_{tt} sebesar 0,885. Dari hasil ini maka dapat dinyatakan bahwa skala lingkungan belajar ini reliabel atau dapat dipercaya atau dapat diandalkan untuk digunakan pada saat yang lain.

Kemudian berdasarkan pengujian validitas dari butir-butir pernyataan skala kecemasan berbicara di depan umum yang terdiri dari 38 butir pernyataan, diketahui terdapat 11 butir pernyataan yang gugur dan 27 butir yang valid. Angka korelasi butir yang valid, bergerak dari r_{bt} 0,311 sampai r_{bt} 0,747. Berikut adalah merupakan tabel distribusi penyebaran butir-butir pernyataan skala kecemasan berbicara di depan umum setelah uji coba.

Tabel 6. Distribusi Penyebaran Butir-butir Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum Setelah Uji Coba

NO	Ciri-ciri	NOMOR BUTIR				Jlh Vld
		Favourable		Unfavourable		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Komponen Fisik	1,2,6,8,12,15	11	14,17,19,23,24, 27,30,33,36	31	15
2	Komponen Proses Mental	3,4,22,	-	9,25,26	-	6
3	Komponen Emosional	21	7,28,38	5,13,16,34,37	10,18,20, 29,32,35	6
TOTAL		10	4	17	7	27

Selanjutnya dari pengujian reliabilitas yang menggunakan rumus Alpha Cronbach, diperoleh hasil r_{tt} sebesar 0,905. Dari hasil ini maka dapat dinyatakan bahwa skala kecemasan berbicara didepan umum ini reliabel atau dapat dipercaya atau dapat diandalkan untuk digunakan pada saat yang lain.

4.2. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan mulai tanggal 6 sampai 10 Juni 2016 yang dimulai dari menghubungi Kepala Sekolah guna membantu pelaksanaan

penelitian. Tata cara pelaksanaan penelitian tidak berbeda dengan yang dilakukan pada saat uji coba skala, yakni dengan menemui para siswa yang berjumlah 67 orang.

Pada saat bertemu, peneliti memberikan penjelasan tentang maksud dan tujuan dari penelitian juga menjelaskan mengenai tata cara pengisian skala. Agar penelitian ini tidak menemui hambatan, peneliti memberikan kesempatan pada siswa-siswi untuk bertanya bila ada hal-hal kurang dimengerti.

Langkah berikutnya sehubungan dengan penelitian ini adalah melakukan penskoran terhadap ketiga skala tersebut. Hal pertama yang dilakukan adalah membuat kunci jawaban pada kolom jawaban sesuai dengan pernyataan yang diajukan dan selanjutnya dilakukan penskoran. Setelah diketahui nilai-nilai untuk setiap pernyataan maka selanjutnya nilai tersebut dimasukkan dalam tabulasi yang dibutuhkan untuk dijumlahkan, sehingga diperoleh nilai total setiap subjek penelitian untuk ketiga skala tersebut. Setelah diketahui nilai subjek untuk variabel efikasi diri (variabel bebas X1), lingkungan belajar (variabel bebas X2) dan kecemasan berbicara didepan umum (variabel terikat Y), maka nilai ketiga variabel ini menjadi data induk penelitian.

4.3. Analisis Data dan Hasil Penelitian

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Analisis Regresi* dengan maksud untuk:

- a. Mengetahui sejauh mana hubungan kedua variabel bebas (efikasi diri dan lingkungan belajar) dengan variabel terikat (kecemasan berbicara di depan umum).

- b. Mengetahui bobot sumbangan efektif yaitu bobot yang merupakan pembentukan variabel terikat (kecemasan berbicara di depan umum) dalam persen.

Sebelum data dianalisis terlebih dahulu dilakukan uji asumsi untuk melihat normalitas sebaran dan linieritas hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Uji normalitas sebaran dan uji linieritas merupakan syarat untuk melakukan analisis statistik dengan menggunakan Anareg 2 Prediktor.

4.3.1. Uji Asumsi

4.3.1.1. Uji Normalitas

Uji normalitas sebaran ini adalah untuk membuktikan bahwa penyebaran data penelitian yang menjadi pusat perhatian, menyebar berdasarkan prinsip kurve normal. Uji normalitas sebaran dianalisis dengan menggunakan rumus Kolmogorov dan Smirnov. Berdasarkan analisis tersebut, maka diketahui bahwa data variabel efikasi diri, lingkungan belajar dan skala kecemasan berbicara di depan umum mengikuti sebaran normal.

Tabel 7. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran

Variabel	RERATA	K-S	SD	Sig	Keterangan
Efikasi diri	58,209	0,647	7,482	0,797	Normal
Lingkungan belajar	66,626	1,002	8,319	0,268	Normal
Kecemasan berbicara didepan umum	96,104	0,874	8,004	0,430	Normal

Keterangan :

- RERATA = Nilai rata-rata
- K-S = Koefisien normalitas Kolmogorov-Smirnov
- SD = Standar Deviasi
- Sig = Signifikansi

4.3.1.2. Uji Linieritas Hubungan

Uji linieritas hubungan dimaksudkan untuk mengetahui derajat hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Artinya apakah efikasi diri dan

lingkungan belajar dapat mempengaruhi kecemasan berbicara didepan umum. Berdasarkan uji linieritas, dapat diketahui apakah variabel bebas dengan variabel terikat dalam penelitian ini dapat atau tidak dianalisis secara korelasional. Hasil analisis menunjukkan bahwa antara kedua variabel bebas mempunyai hubungan yang linier terhadap variabel terikat. Nilai-nilai hubungan tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 8. Rangkungan Hasil Perhitungan Uji Linieritas Hubungan

Korelasional	F	Sig	Keterangan
X1 – Y	15,523	0,000	Linier
X2 – Y	6,227	0,015	Linier

Keterangan:

- X1 = Efikasi diri
- X2 = Lingkungan belajar
- Y = Kecemasan berbicara di depan umum
- F = Koefisien linieritas
- Sig = Signifikansi

4.3.2. Hasil Perhitungan Analisis Regresi 2 Prediktor

Berdasarkan hasil analisis yang menggunakan Analisis Regresi 2 Prediktor, diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan lingkungan belajar dengan kecemasan berbicara didepan umum. Hasil ini ditunjukkan dengan koefisien $F_{reg} = 9,688$ dimana $sig < 0,010$. Ini menandakan bahwa semakin tinggi efikasi diri dan semakin baik lingkungan belajar, maka semakin rendah kecemasan berbicara didepan umum. Sebaliknya semakin rendah efikasi diri dan semakin buruk lingkungan belajar, maka semakin tinggi kecemasan berbicara didepan umum. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis pertama yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima. Berikut adalah rangkuman hasil perhitungan Analisis Regresi

2 Prediktor.

Tabel 9. Rangkuman Hasil Perhitungan Analisis Regresi

Sumber	JK	Db	RK	F	Sig
Regresi	982,605	2	491,303	9,688	0,000
Residu	3245,664	64	50,713	==	==
TOTAL	4228,269	66	==	==	==

Keterangan:

- JK = Jumlah Kuadrat
- db = Derajat Kebebasan
- RK = Rerata Kuadrat
- F = Koefisien hubungan
- Sig = Signifikansi

Kemudian dari perhitungan Analisis Regresi, dapat diketahui bobot sumbangan dari variabel efikasi diri terhadap variabel kecemasan berbicara didepan umum adalah sebesar 19,3%. Kemudian variabel lingkungan belajar memberikan pengaruh sebesar 8,7%. Berdasarkan hasil ini, diketahui bahwa total sumbangan kedua variabel bebas terhadap variabel terikat adalah sebesar 23,2%. Berarti masih terdapat 76,8% pengaruh dari variabel lain terhadap kecemasan berbicara didepan umum, dimana faktor-faktor lain tersebut dalam penelitian ini tidak dilihat, diantaranya adalah kurangnya keahlian dan pengalaman dalam komunikasi, evaluasi, jumlah kelompok, keberhasilan dan kegagalan sebelumnya, *reinforcement, skill acquisition, modeling* dan pikiran yang tidak rasional.

4.3.3. Hasil Perhitungan Analisis Korelasi *Product Moment*

Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* dari Pearson, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara didepan umum. Hasil ini dilihat dari koefisien korelasi $r_{xly} = -0,439$; $sig < 0,010$. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka hipotesis kedua yang berbunyi terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara didepan umum dinyatakan diterima.

Kemudian untuk variabel lingkungan belajar diketahui bahwa, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara lingkungan belajar dengan kecemasan berbicara didepan umum. Hasil ini dilihat dari koefisien korelasi $r_{xy} = -0,296$; $sig < 0,010$. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka hipotesis ketiga yang berbunyi terdapat hubungan negatif antara lingkungan belajar dengan kecemasan berbicara didepan umum dinyatakan diterima.

4.3.4. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik

a. Mean Hipotetik

Variabel efikasi diri dalam penelitian memiliki jumlah butir sebanyak 24 yang diformat dengan skala Likert dalam 4 pilihan jawaban, maka mean hipotetiknya adalah $\{(24 \times 1) + (24 \times 4)\} : 2 = 60$. Kemudian variabel lingkungan belajar, memiliki jumlah butir sebanyak 26 butir yang juga diformat dengan skala Likert dalam 4 pilihan jawaban, maka mean hipotetiknya adalah $\{(26 \times 1) + (26 \times 4)\} : 2 = 65$. Selanjutnya variabel kecemasan berbicara didepan umum, memiliki jumlah butir sebanyak 27 yang diformat dengan skala Likert dalam 4 pilihan jawaban, maka mean hipotetiknya adalah $\{(27 \times 1) + (27 \times 4)\} : 2 = 67,5$.

b. Mean Empirik

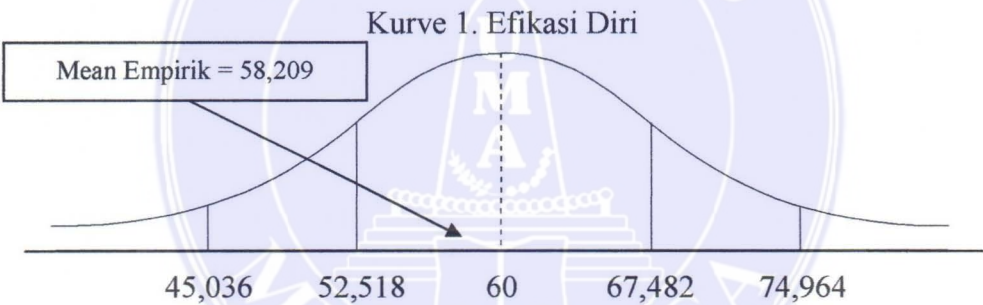
Berdasarkan analisis data, diketahui bahwa mean empirik efikasi diri adalah 58,209 dengan bilangan SD 7,482, mean empirik lingkungan belajar adalah sebesar 66,626 dengan bilangan SD 8,319 dan mean empirik kecemasan berbicara didepan umum adalah sebesar 96,104 dengan bilangan SD 8,004.

c. Kriteria

Dalam upaya mengetahui bagaimana efikasi diri, lingkungan belajar dan kecemasan berbicara didepan umum, maka perlu dibandingkan antara mean/nilai

rata-rata empirik dengan mean/nilai rata-rata hipotetik dengan memperhatikan besarnya bilangan SD dari variabel yang sedang diukur.

Dari besarnya bilangan SD tersebut, maka untuk variabel efikasi diri, apabila mean/nilai rata-rata hipotetik < mean/nilai rata-rata empirik, dimana selisihnya melebihi 7,482, maka dinyatakan bahwa efikasi diri tergolong tinggi dan apabila mean/nilai rata-rata hipotetik > mean/nilai rata-rata empirik, dimana selisihnya melebihi 7,482, maka dinyatakan bahwa efikasi diri tergolong rendah. Apabila mean/nilai rata-rata empirik dengan mean hipotetik tidak berselisih melebihi 7,482, maka efikasi diri tergolong sedang. Berikut adalah kurve yang menggambarkan kondisi efikasi diri para siswa.

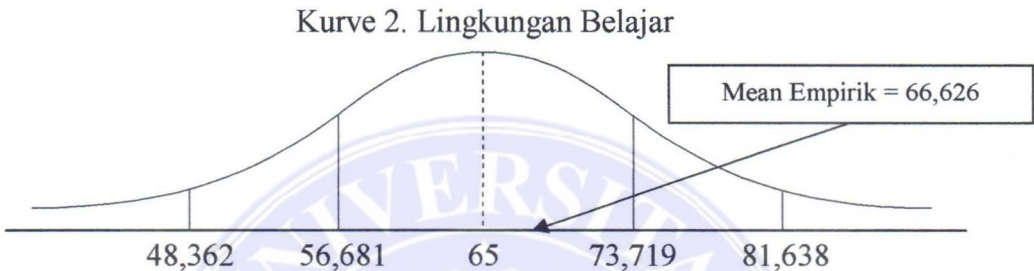


Keterangan:

- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di bawah 45,036 dinyatakan dukungan efikasi diri sangat rendah.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di antara 45,036 sampai 52,518 dinyatakan efikasi diri rendah.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di antara 55,518 sampai 67,482 dinyatakan efikasi diri sedang.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di antara 67,482 sampai 74,964 dinyatakan efikasi diri tinggi.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di atas 78,292 efikasi diri sangat tinggi.

Selanjutnya untuk variabel lingkungan belajar, apabila mean/nilai rata-rata hipotetik < mean/nilai rata-rata empirik, dimana selisihnya melebihi 8,319, maka dinyatakan bahwa lingkungan belajar tergolong baik dan apabila mean/nilai rata-

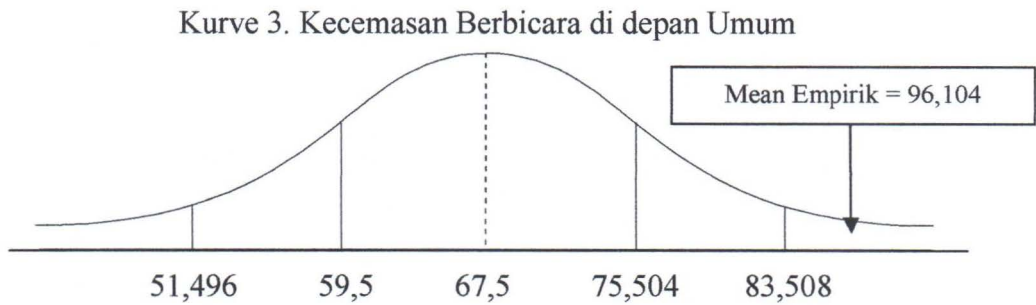
rata hipotetik > mean/nilai rata-rata empirik, dimana selisihnya melebihi 8,319, maka dinyatakan bahwa lingkungan belajar tergolong buruk. Apabila mean empirik dengan mean hipotetik tidak berselisih melebihi 8,319, maka lingkungan belajar dinyatakan sedang. Berikut adalah kurve yang menggambarkan kondisi lingkungan belajar.



Keterangan:

- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di bawah 48,362 dinyatakan lingkungan belajar sangat buruk.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di antara 48,362 sampai 56,681 dinyatakan lingkungan belajar buruk.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di antara 56,681 sampai 73,719 dinyatakan lingkungan belajar normal.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di antara 73,719 sampai 81,638 dinyatakan lingkungan belajar baik.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di atas 81,638 lingkungan belajar sangat baik.

Kemudian untuk variabel kecemasan berbicara didepan umum, apabila mean/nilai rata-rata hipotetik < mean/nilai rata-rata empirik, dimana selisihnya melebihi 8,004, maka dinyatakan bahwa kecemasan berbicara didepan umum tergolong tinggi dan apabila mean/nilai rata-rata hipotetik > mean/nilai rata-rata empirik, dimana selisihnya melebihi 8,004, maka dinyatakan bahwa kecemasan berbicara didepan umum tergolong rendah. Apabila mean empirik dengan mean hipotetik tidak berselisih melebihi 8,004, maka kecemasan berbicara didepan umum dinyatakan sedang. Berikut adalah kurve yang menggambarkan kondisi kecemasan berbicara didepan umum.



- Keterangan:
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di bawah 51,496 dinyatakan kecemasan berbicara didepan umum sangat rendah.
 - Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di antara 51,496 sampai 59,5 dinyatakan kecemasan berbicara didepan umum rendah.
 - Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di antara 59,5 sampai 75,504 dinyatakan kecemasan berbicara didepan umum normal.
 - Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di antara 75,504 sampai 83,508 dinyatakan kecemasan berbicara didepan umum tinggi.
 - Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di atas 83,508 kecemasan berbicara didepan umum sangat tinggi.

Tabel 10. Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata Empirik

Variabel	SD	Nilai Rata-Rata		Keterangan
		Hipotetik	Empirik	
Efikasi diri	7,482	60	58,209	Efikasi diri sedang
Lingkungan belajar	8,319	65	66,626	Lingkungan belajar normal
Kecemasan berbicara didepan umum	8,004	67,5	96,104	Kecemasan berbicara di depan umum tinggi

Berdasarkan perbandingan kedua nilai rata-rata di atas (mean hipotetik dan mean empirik), maka dapat dinyatakan bahwa efikasi diri para siswa tergolong sedang, kemudian lingkungan belajar tergolong normal, namun dalam hal kecemasan berbicara didepan umum, para siswa tergolong tinggi.

4.4. Pembahasan

Dari hasil penelitian didapat bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan lingkungan belajar dengan kecemasan berbicara di depan

umum. Hasil ini ditunjukkan dengan koefisien $F_{reg} = 9,688$ dimana $\text{sig} < 0,010$. Ini menandakan bahwa semakin tinggi efikasi diri dan semakin baik lingkungan belajar, maka semakin rendah kecemasan berbicara didepan umum. Sebaliknya semakin rendah efikasi diri dan semakin buruk lingkungan belajar, maka semakin tinggi kecemasan berbicara didepan umum. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis mayor yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.

Secara rinci, diketahui bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Hasil ini dilihat dari koefisien korelasi $r_{x1y} = -0,439$; $\text{sig} < 0,010$. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka hipotesis kedua yang berbunyi terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum dinyatakan diterima. Kemudian diketahui bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara lingkungan belajar dengan kecemasan berbicara di depan umum. Hasil ini dilihat dari koefisien korelasi $r_{x2y} = -0,296$; $\text{sig} < 0,010$. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka hipotesis ketiga yang berbunyi terdapat hubungan negatif antara lingkungan belajar dengan kecemasan berbicara di depan umum dinyatakan diterima.

Dari penelitian ini diketahui bahwa efikasi diri memiliki kontribusi terhadap kecemasan berbicara di depan umum sebesar 19,3%. Kemudian lingkungan belajar memberikan pengaruh sebesar 8,7%. Berdasarkan hasil ini, diketahui bahwa total sumbangan kedua variabel bebas terhadap variabel terikat adalah sebesar 23,2%. Berarti masih terdapat 76,8% pengaruh dari variabel lain terhadap kecemasan berbicara didepan umum, dimana faktor-faktor lain tersebut

dalam penelitian ini tidak dilihat, diantaranya adalah kurangnya keahlian dan pengalaman dalam komunikasi, evaluasi, jumlah kelompok, keberhasilan dan kegagalan sebelumnya, *reinforcement*, *skill acquisition*, *modeling* dan pikiran yang tidak rasional.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan Bandura, bahwa efikasi diri berguna untuk melatih kontrol terhadap stressor yang berperan penting dalam keterbangkitan kecemasan. Individu yang percaya bahwa mereka mampu mengadakan kontrol terhadap ancaman tidak mengalami keterbangkitan kecemasan yang tinggi. Sebaliknya mereka yang percaya bahwa mereka tidak dapat mengatur ancaman, mengalami keterbangkitan kecemasan yang tinggi. Pendapat yang sama dikemukakan juga oleh Fiest dan Fiest (2002), bahwa ketika seseorang mengalami ketakutan yang tinggi, maka biasanya mereka memiliki efikasi diri yang rendah. Sementara mereka yang memiliki efikasi diri yang tinggi merasa mampu dan yakin terhadap kesuksesan dalam mengatsai rintangan dan menganggap ancaman sebagai suatu tantangan yang tidak perlu dihindari.

Lingkungan belajar ternyata berpengaruh terhadap kecemasan berbicara didepan umum. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan pendapat yang dikemukakan Ramaiah (<http://eprints.uny.ac.id/>) bahwa lingkungan atau sekitar tempat tinggal mempengaruhi cara berfikir individu tentang diri sendiri maupun orang lain. Hal ini disebabkan karena adanya pengalaman yang tidak menyenangkan pada individu dengan keluarga, sahabat, ataupun dengan teman sekolah, sehingga individu tersebut merasa tidak aman terhadap lingkungannya.

Hasil penelitian ini juga mendukung pendapat yang disampaikan Slavson (1987), dimana salah satu penyebab munculnya kecemasan adalah dari hubungan-

hubungan dan ditentukan langsung oleh kondisi-kondisi, kebiasaan, dan nilai-nilai dalam masyarakat. Kecemasan dalam kadar terberat dirasakan sebagai akibat dari perubahan sosial yang amat cepat, dimana tanpa persiapan yang cukup, seseorang tiba-tiba saja sudah dilanda perubahan dan terbenam dalam situasi-situasi baru yang terus menerus berubah. Dimana perubahan ini merupakan peristiwa yang mengenai seluruh lingkungan kehidupan, maka seseorang akan sulit membebaskan dirinya dari pengalaman yang mencemaskan ini.

Penelitian ini juga menguatkan pendapat sebelumnya yang disampaikan Myers (<http://st284955.sitekno.com/article/88579>) bahwa individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi akan memperlihatkan sikap yang lebih gigih, tidak cemas dan tidak mengalami tekanan dalam menghadapi suatu hal. Berkaitan dengan itu, kecemasan berbicara disebabkan oleh situasi lingkungan yang di hadapi individu sehari hari. Kecemasan akan rendah bila lingkungan belajar mendukung untuk individu merasa tenang dalam beraktivitas.

Hasil lain yang diperoleh dari penelitian ini diketahui bahwa efikasi diri para siswa tergolong sedang (sebab selisih antara mean empirik dengan mean hipotetik tidak melebihi bilangan SD), kemudian lingkungan belajar tergolong normal (sebab selisih antara mean empirik dengan mean hipotetik tidak melebihi bilangan SD), namun dalam hal kecemasan berbicara didepan umum, para siswa tergolong tinggi (sebab mean empirik lebih besar daripada mean hipotetik).