

# Identifikasi Analisa Keterampilan Komunikasi Dan Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Komunikasi Saat Presentasi Pada Mahasiswa

Oleh:

Noer Ma'unatur Rohmah,

Lely Ika Mariyati

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Juli 2024



# Pendahuluan

- Menurut UU No. 20 Tahun 2003 Pasal 19 (1), perguruan tinggi adalah lembaga pendidikan tinggi seperti sekolah, institut, politeknik, atau universitas yang menawarkan program pendidikan dari sarjana (S-1) hingga doktor (S-3) dan spesialis. Mahasiswa, menurut KBBI, adalah individu yang belajar di perguruan tinggi, biasanya berusia 19-21 tahun, dalam masa peralihan dari remaja ke dewasa awal.
- Mahasiswa kini dituntut aktif dalam perkuliahan, tidak hanya mendengarkan ceramah tetapi juga berpartisipasi dalam diskusi, tanya jawab, dan presentasi. Namun, tidak semua mahasiswa memiliki keterampilan komunikasi yang baik; beberapa bahkan mengalami kecemasan komunikasi, kondisi yang disebut communication apprehension.
- Kecemasan komunikasi dapat menyebabkan mahasiswa menghindari presentasi dan kegiatan berbicara di depan umum, mempengaruhi performa akademis mereka, dan berpotensi menimbulkan masalah psikologis seperti stres dan depresi. Penelitian menunjukkan bahwa kecemasan ini umum terjadi di kalangan mahasiswa, dengan beberapa mengalami tingkat kecemasan yang tinggi saat berbicara di depan umum.
- Menurut teori, kecemasan memiliki aspek fisik, perilaku, dan kognitif. Faktor penyebabnya termasuk pengalaman negatif dan pikiran yang tidak rasional. Keterampilan komunikasi yang baik dan kepercayaan diri tinggi dapat mengurangi kecemasan komunikasi. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi hubungan antara keterampilan komunikasi dan kepercayaan diri dengan kecemasan komunikasi pada mahasiswa saat presentasi.

# Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

- Bagaimana keterampilan komunikasi mahasiswa mempengaruhi tingkat kecemasan komunikasi saat presentasi?
- Sejauh mana tingkat kepercayaan diri mahasiswa berperan dalam mengurangi kecemasan komunikasi saat presentasi?
- Apakah terdapat hubungan signifikan antara keterampilan komunikasi dan kepercayaan diri dengan kecemasan komunikasi saat presentasi pada mahasiswa?
- Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi keterampilan komunikasi dan kepercayaan diri mahasiswa dalam konteks presentasi?

# Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional untuk menguji hubungan antara Keterampilan Komunikasi (X1) dan Kepercayaan Diri (X2) sebagai variabel bebas dengan Kecemasan Komunikasi (Y) sebagai variabel terikat. Populasi penelitian adalah 12.417 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, dengan sampel sebanyak 297 mahasiswa yang diambil menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui skala Likert yang mengukur keterampilan komunikasi, kecemasan komunikasi, dan kepercayaan diri. Analisis data dilakukan dengan teknik regresi linier berganda menggunakan JASP 0.16.4 for Windows untuk melihat pengaruh signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat.

# Hasil

- Uji Normalitas, menunjukkan bahwa residual data terdistribusi secara normal, berdasarkan grafik batang yang membentuk kurva lonceng dengan puncak di sekitar rentangan 0.
- Uji Linieritas, menunjukkan adanya hubungan linier antara keterampilan komunikasi dan kepercayaan diri terhadap kecemasan komunikasi.
- Uji Korelasi Pearson, menunjukkan hubungan negatif yang signifikan antar variabel. Kecemasan sosial memiliki hubungan negatif signifikan dengan keterampilan komunikasi ( $r = -0,542$ ,  $p < 0,001$ ) dan kepercayaan diri ( $r = -0,704$ ,  $p < 0,001$ ).
- Uji Regresi Linear Berganda, menunjukkan bahwa kepercayaan diri dan keterampilan komunikasi secara simultan berdampak signifikan terhadap kecemasan sosial ( $F = 148.668$ ,  $p < 0,001$ ). Kepercayaan diri memberikan dampak yang lebih besar ( $t = -11.140$ ,  $p < 0,001$ ) dibandingkan dengan keterampilan komunikasi ( $t = -2.219$ ,  $p < 0,001$ ).

# Pembahasan

Keterampilan komunikasi dan kepercayaan diri secara signifikan mempengaruhi kecemasan komunikasi pada mahasiswa. Penelitian menunjukkan hubungan negatif antara kecemasan komunikasi dengan keterampilan komunikasi ( $r = -0,542$ ) dan kepercayaan diri ( $r = -0,704$ ). Keterampilan komunikasi yang baik membantu mahasiswa menghadapi situasi kompleks, sedangkan kepercayaan diri yang tinggi mengurangi kecemasan dalam situasi komunikasi yang tidak biasa. Faktor internal dan eksternal turut mempengaruhi kecemasan berbicara, dan dapat diatasi melalui teknik relaksasi, membuat catatan, berlatih di depan cermin, dls. Kepercayaan diri sangat penting dalam mengatasi kecemasan komunikasi. Menurut Bandura, kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mencapai hasil yang diinginkan. Kepercayaan diri membantu individu untuk lebih berani menghadapi situasi dan mengurangi dampak negatif kecemasan berbicara di depan umum. Keterampilan komunikasi juga perlu ditingkatkan melalui praktik dan evaluasi yang konsisten. Penelitian menunjukkan bahwa kecemasan komunikasi masih menjadi masalah signifikan di kalangan mahasiswa, dan penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami variabel lain yang mempengaruhinya.

# Temuan Penting Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, disimpulkan bahwa keterampilan komunikasi dan kepercayaan diri memiliki dampak signifikan pada kecemasan komunikasi saat presentasi. Hipotesis penelitian terbukti benar, menunjukkan adanya hubungan dan dampak antara keterampilan komunikasi, kepercayaan diri, dan kecemasan komunikasi saat presentasi. Keterbatasan penelitian ini termasuk jangkauan penyebaran skala yang terbatas, dengan responden mayoritas dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan, serta minimnya penelitian sebelumnya mengenai topik ini. Untuk mengurangi kecemasan komunikasi pada mahasiswa, universitas perlu mengadakan pelatihan atau edukasi mengenai keterampilan komunikasi dan kepercayaan diri.

# Manfaat Penelitian

- Menambah khazanah keilmuan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan komunikasi saat presentasi pada mahasiswa.
- Memberikan data empiris yang dapat digunakan oleh peneliti selanjutnya untuk memperdalam kajian terkait keterampilan komunikasi, kepercayaan diri, dan kecemasan komunikasi.
- Memberikan informasi kepada pihak terkait sebagai acuan dalam mengembangkan metode pembelajaran yang efektif dalam mengurangi kecemasan komunikasi pada mahasiswa.

# Referensi

Alawiyah, D., Nurasmı, N., Asmila, N., & Fatasyah, R. (2022). *Upaya meningkatkan kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa*. 4(2), 104–113. <https://doi.org/https://doi.org/10.47435/retorika.v3i1.577>

Anggraini, Y., Syaf, A., & Murni, A. (2017). Hubungan Antara Berpikir Positif Dengan Kecemasan Komunikasi Pada Mahasiswa. *Psychopolytan (Jurnal Psikologi)*, 1(1), 31–38. <http://ojsbimtek.univrab.ac.id/index.php/psi/article/download/331/196>

Aryadillah. (2017). Kecemasan Dalam Public Speaking (Studi Kasus Pada Presentasi Makalah Mahasiswa). *Cakrawala*, 10(1), 46–52. <https://doi.org/10.21009/insight.101.07>

Astuti, E. S. (2019). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Speaking Performance Mahasiswa Jurusan Pendidikan Bahasa Inggris. *Paradigma: Jurnal Filsafat, Sains, Teknologi, Dan Sosial Budaya*, 25(2), 27–33. <https://doi.org/10.33503/paradigma.v25i2.543>

Bandura, A. (1971). Social Learning Theory. In *Stanford University* (Vol. 1, Issue 1, p. 46). <https://doi.org/10.18177/sym.2020.61.1.sr.11518>

Chrimawan, C. (2022). *Hubungan Self Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa*. <http://repository.untag-sby.ac.id/18377/8/JURNAL.pdf>

Devianthi, N. M. F. S., & Widiasavitri, P. N. (2016). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Komunikasi Dalam Mempresentasikan Tugas Di Depan Kelas. *Journal Psikologi Udayana*, 1(2), 1–35. [https://simdos.unud.ac.id/uploads/file\\_penelitian\\_1\\_dir/51f16f41d5678a900c43002a1d8b7fcd.pdf](https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_penelitian_1_dir/51f16f41d5678a900c43002a1d8b7fcd.pdf)

# Referensi

Fitriani, L., Purwanti, P., & Yuline, Y. (2019). Analisis Keterampilan Komunikasi Mahasiswa PPL BK FKIP UNTAN Pontianak Tahun 2018. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 8(3), 2. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/view/31608>

Goeyardi, W. (2022). Penerapan Metode Presentasi Untuk Meningkatkan Kemampuan Berbicara Pada Mata Kuliah Berbicara Lanjutan 2 Mahasiswa Sastra Cina, Fib Ub. *Praniti: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Dan Sastra*, 2(3), 191–200. <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/praniti/article/download/1971/1277>

Hasanah, N., & Saugi, W. (2021). Fenomena Ketidakpercayaan Diri Mahasiswa IAIN Samarinda Ketika Berbicara di Depan umum. *Borneo Journal of Islamic Education*, 1(1), 1–12. [http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=3301947&val=28919&title=Fenomena Ketidakpercayaan Diri Mahasiswa IAIN Samarinda Ketika Berbicara di Depan Umum](http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=3301947&val=28919&title=Fenomena%20Ketidakpercayaan%20Diri%20Mahasiswa%20IAIN%20Samarinda%20Ketika%20Berbicara%20di%20Depan%20Umum)

Hidayat, Z. M. (2010). *Hipnoterapi untuk anak yang kurang percaya diri* (Pertama). Tiga Kelana.

Himmah, F. (2020). *Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/27456>

Joni, A. A. W. D., & Putu, A. P. D. (2016). Pengaruh Anxiety Dalam Speaking Activities. *Jurnal Bakti Saraswati*, 05(02). [www.timothyjpmason.com](http://www.timothyjpmason.com)

Kartikasari, M., Noupal, M., & Setiawan, K. C. (2021). Hubungan antara Kepercayaan Diri dan Kecemasan Berkomunikasi pada Mahasiswa Ketika Presentasi. *Indonesian Journal of Behavioral Studies*, 1(1), 42–52. <https://doi.org/10.19109/ijobs.v1i1.9255>

KBBI. (2005). *Shared by: MY-DIARYZONE*.

# Referensi

Kurniawan, M. R., Arif, E., & Asmawi, A. (2021). Hubungan antara Konsep Diri, Kepercayaan Diri dengan Kemampuan Komunikasi Interpersonal dalam Proses Pembelajaran pada Mahasiswa. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 4(1), 485–493. <https://doi.org/10.34007/jehss.v4i1.683>

Lukmanto, T. (2016). Tingkat Kecemasan Komunikasi Mahasiswa dalam Lingkup Akademis. *Jurnal Simbolika*, 2(2), 224–230. <http://eprints.undip.ac.id/7625/1/KecemasanJIS.pdf>

Mukarromah, A. A. (2022). *Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Keterampilan Berkomunikasi Terhadap Kemampuan Public Speaking Mahasiswa Jurusan Manajemen FEB Universitas Islam Malang*. <https://jim.unisma.ac.id/index.php/jrm/article/viewFile/15819/11995>

Muslimin, K. (2013). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kecemasan Berkomunikasi di Depan Umum. *Jurnal Interaksi*, 2, 42–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/interaksi.2.2.145-155>

Nisa A, A. W., Yamin, N., & Samsudin, M. (2021). Upaya Mengurangi Kecemasan Komunikasi Pada Mahasiswa Dalam Menghadapi Ujian Seminar Tesis. *Profetika: Jurnal Studi Islam*, 22(2), 331–336. <https://doi.org/10.23917/profetika.v22i2.16698>

Novieyana, S., Diaz, M., & Anistya, F. L. (2021). Pengaruh Keterampilan Komunikasi Dan Kepercayaan Diri Terhadap Kemampuan Public Speaking Pada Mahasiswa. *JURNAL PERSPEKTIF ADMINISTRASI DAN BISNIS*, 2, 1–7. <https://doi.org/10.31573/jpab.v2i2.21>

# Referensi

- Pratiwi, N. D., & Affandi, G. R. (2023). Peranan Self Efficacy dan Konsep Diri terhadap Perilaku Menyontek pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 13(4), 974. <https://doi.org/10.24127/gdn.v13i4.7958>
- Rambe, R. N., Syahfitri, A., Humayroh, A., Alfina, N., Azkia, P., & Rianti, T. D. (2023). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Berbicara Di Depan Umum*. 3(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.55606/jupensi.v3i2.1966>
- Retnawati, H. (2015). Teknik Pengambilan Sampel. *Ekp*, 13(3), 1576–1580. [https://staffnew.uny.ac.id/upload/132255129/pengabdian/15-Teknik Penyampelan alhamdulillah.pdf](https://staffnew.uny.ac.id/upload/132255129/pengabdian/15-Teknik%20Penyampelan%20alhamdulillah.pdf)
- Riani, W. S., & Rozali, Y. A. (2014). *Hubungan Antara Self Efficacy dan Kecemasan Saat Presentasi pada Mahasiswa Univeristas Esa Unggul Jurnal Psikologi* (Vol. 12). <https://www.esaunggul.ac.id/wp-content/uploads/2019/07/HUBUNGAN-ANTARA-SELF-EFFICACY-DAN-KECEMASAN-SAAT.pdf>
- Ririn, Asmidir, & Marjohan. (2013). Hubungan Antara Keterampilan Komunikasi Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum (Studi Korelasional Terhadap Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling DIP UNP Angkatan 2011). *Jurnal Ilmiah Konseling*, 2, 1–6. <https://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor/article/viewFile/1203/1036>
- Sugiharta. (2016). Hubungan kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa pgsd ngaliyan universitas negeri semarang. *Pendidikan*, 9, 1–62. <http://lib.unnes.ac.id/28492/>

# Referensi

Syahputra, A., & Novera, R. (2019). Hubungantara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Semester Vii Universitas Ubudiyah Indonesia Yang Akan Menghadapi Skripsi. *Journal of Healthcare ....* <http://jurnal.uui.ac.id>

Tamelab, P., Ngongo, M. H. L., & Oetpah, D. (2021). Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa Dalam Kemampuan Public Speaking Di Sekolah Tinggi Pastoral Keuskupan Agung Kupang. *Selidik (Jurnal Seputar Penelitian Pendidikan Keagamaan)*, 2(1), 54–63. <https://doi.org/10.61717/sl.v2i1.38>

Wahyuni, E. (2015). *Hubungan Self-Effecacy dan Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum* (Vol. 05). <https://jurnalfdk.uinsa.ac.id/index.php/jki/article/download/71/52>

Widayanti, L., & Aisyah, V. N. (2019). Petanda : Jurnal Ilmu Komunikasi dan Humaniora Communication Apprehension pada Mahasiswa Fakultas Hukum dalam Menghadapi Peradilan Semu. *Petanda: Jurnal Ilmu Komuniasi Dan Humaniora*, 9–20. <https://doi.org/https://doi.org/10.32509/jhm.v2i1.985>

Windiyani. (2021). *Hubungan Self Efficacy Dan Keterampilan Komunikasi Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Santri Ponpes Datok Sulaiman Putri Palopo*. [http://repository.iainpalopo.ac.id/id/eprint/4093/1/SKRIPSI\\_WINDIYANI.pdf](http://repository.iainpalopo.ac.id/id/eprint/4093/1/SKRIPSI_WINDIYANI.pdf)

