

The Relationship Between Self-Confident and Anxiety of Public Speaking in Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah Activists at Muhammadiyah University of Sidoarjo

[Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Aktivis Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo]

Anastasya Apriliani Kusumaningati Ulumuddin¹⁾, Hazim ^{*,2)}

¹⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾ Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi: Hazim@umsida.ac.id

Abstract. *The purpose of this study is to analyze whether there is a correlation between self-confidence and public speaking anxiety among Muhammadiyah Student Association activists at Muhammadiyah University Sidoarjo. A quantitative correlational method was used. The population consisted of 473 IMM student activists, and the sample size was 173 IMM student activists based on Krejcie & Morgan's table with a 10% error rate. The sampling technique used was simple random sampling, and the data analysis technique in this study was the non-parametric Spearman correlation test assisted by IBM SPSS v.25 for Windows. Spearman correlation analysis resulted in a significance value of $0.00 < 0.05$, confidence and anxiety in public speaking were significantly correlated in IMM activist students. From the results of spearman correlation coefficient reached -0.819 with a percentage of 81.9% and the rest is 18.1% it can be said that the Student Activists Association of Muhammadiyah students who are more confident have lower anxiety in public speaking, and vice versa.*

Keywords - confidences; public speaking anxiety; student

Abstrak. *Tujuan dari penelitiannya ini ialah guna menganalisa apakah ada korelasi antara kepercayaan diri dengan kecemasan bicara depan umum pada aktivis IMM di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Metode kuantitatif korelasional yang dipakai. Populasi berjumlah 473 mahasiswa aktivis IMM dan subjek 173 mahasiswa aktivis IMM berdasarkan tabel Krejcie & Morgan dengan taraf kesalahan 10%. Teknik sampling dengan simple random sampling, serta teknik analisis uji non-parametrik korelasi spearman yang dibantu oleh IBM SPSS v.25 for Windows. Analisis korelasi spearman menghasilkan nilai signya $0,00 < 0,05$, kepercayaan diri dan kecemasan bicara depan umum berkorelasi signifikan pada mahasiswa aktivis IMM. Dari hasil koefisien korelasi spearman mencapai -0.819 dengan presentase 81.9% dan sisanya ialah 18.1% dapat dikatakan bahwasanya mahasiswa aktivis IMM yang lebih percaya diri memiliki cemas lebih rendah dalam bicara depan umum, begitu sebaliknya.*

Kata Kunci - kepercayaan diri; kecemasan bicara depan umum; mahasiswa

I. PENDAHULUAN

Mahasiswa ialah sekumpulan orang yang sedang menuntut ilmu dalam perguruan tinggi [1]. Visi dan misi yang dimiliki perguruan tinggi ialah mahasiswa mampu menguasai ajaran agar lulus dengan profesional [2]. Maka dari itu mahasiswa akan berhadapan dengan banyak tuntutan serta hambatan dalam melaksanakan proses pembelajaran, pembagian waktu belajar, mengerjakan tugas, praktikum, dan tugas akhir dalam masa perkuliahan [3]. Oleh karenanya, mahasiswa harus menjalani proses akademik dengan baik agar prestasi tercapai secara optimal [4].

Namun mahasiswa sadar bahwa belajar dalam perkuliahan saja tidak cukup, maka dari itu terdapat beberapa mahasiswa yang mengikuti organisasi kemahasiswaan guna memperoleh banyak keterampilan, pengetahuan baru, serta wawasan yang luas dalam organisasi tersebut [5]. Organisatoris ialah sekumpulan individu yang memiliki peran aktif di lingkup organisasi yang diikutinya serta memiliki peran penting di dalamnya [6]. Mengikuti kegiatan organisasi memiliki banyak manfaat untuk mahasiswa seperti menambah pengetahuan dan wawasan, memiliki semangat dalam bekerja sama, berkembangnya kemampuan berkomunikasi, memiliki jiwa kepemimpinan yang luas, disiplin waktu, serta dapat membangun perkembangan emosi yang baik [7]. Salah satu organisasi yang terdapat di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo ialah IMM atau IMM. Dengan fokus pada agama, kemahasiswaan, dan masyarakat, IMM merupakan kelompok kemahasiswaan muhammadiyah yang otonom [8].

Kemampuan berkomunikasi antar individu ialah keahlian yang harus dimiliki mahasiswa, terlebih mahasiswa yang diuntut untuk bicara depan umum [9]. Kemampuan berkomunikasi ialah kemampuan menyampaikan informasi kepada banyak orang dalam kelompok tertentu yang meliputi narasumber, informasi, saluran, penerima, tanggapan,

Copyright © Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. This preprint is protected by copyright held by Universitas Muhammadiyah Sidoarjo and is distributed under the Creative Commons Attribution License (CC BY). Users may share, distribute, or reproduce the work as long as the original author(s) and copyright holder are credited, and the preprint server is cited per academic standards.

Authors retain the right to publish their work in academic journals where copyright remains with them. Any use, distribution, or reproduction that does not comply with these terms is not permitted.

hambatan, serta konteks sebagai elemen-elemennya. [10]. Mahasiswa memakai kemampuan berkomunikasi untuk menyampaikan idenya dengan sistematis dan runtun, menyampaikan dan mempertahankan pendapatnya, mengikuti diskusi, memimpin rapat dengan tertib, berpidato, melaksanakan presentasi, mengembangkan dirinya, serta untuk menambah kepercayaan diri [10].

Namun tidak semua mahasiswa dapat melaksanakan komunikasi dengan baik, terdapat mahasiswa yang tampil di depan umum mengalami cemas, takut, gemetar, grogi, berkeringat, dan lain-lain [10]. Terdapat mahasiswa sering mengalami cemas saat bicara depan umum [9]. Seseorang akan terbata-bata serta merasa gugup saat mengalami kegugupan panggung saat bicara [11]. Kecemasan merupakan kondisi emosional negatif yang muncul akibat persepsi terhadap situasi yang dianggap mengancam, dan sering kali diwujudkan dalam bentuk rasa tidak aman, gelisah, atau takut, yang dapat bervariasi dalam intensitasnya tergantung pada individu dan konteksnya [12]. Rasa gugup saat melaksanakan komunikasi lisan di hadapan orang banyak muncul ketika seseorang kesulitan membangun interaksi atau percakapan karena transfer informasi tidak berjalan secara efektif, yang ditunjukkan melalui respons tubuh dan kondisi mental [3].

Kecemasan bicara di depan banyak orang ialah manifestasi dari ketakutan atau rasa cemas yang terbentuk melalui pengalaman sosial sebelumnya. [13]. Individu yang mengalami kondisi ini cenderung mengurangi keterlibatannya dalam aktivitas bicara depan umum, baik dari segi durasi maupun frekuensinya [14]. Ketika perasaan cemas muncul, hal tersebut biasanya disertai perilaku menjauh dan ketakutan yang nyata, yang pada akhirnya dapat berdampak negatif terhadap kualitas kinerja dan fungsi sosial dalam pola hidup keseharian [14]. Philips [15] mengatakan bahwa kecemasan berbicara dikenal dengan istilah reticence yang mana sikap individu yang tidak mampu mengembangkan percakapan lantaran tidak dapat menyamikan pesan yang dimaksud dengan sempurna ditandai dengan reaksi psikologis dan fisiologis. Ciri-ciri psikologis yang muncul biasanya ditandai dengan munculnya keringat di beberapa organ tubuh seperti telapak tangan, dahi serta leher; wajah memerah; jantung berdetak lebih kencang dari pada biasanya; serta tekanan darah bertambah, sedangkan ciri fisiologis yang muncul biasanya adalah mengalami kesulitan dalam menyusun kalimat [16].

Aspek kemasam bicara depan umum menurut Rogers [16] terdiri dari aspek fisik, aspek fisik biasanya muncul ketika individu hendak melakukan pembicaraan yang ditandai dengan ciri-ciri fisiologis seperti gemetar, kram perut hingga kesulitan bernafas; aspek behaviorral dimana muncul perilaku menghindar dan terguncang; serta aspek kognitif yang ditandai dengan rasa khawatir akan sesuatu, takut dengan sesuatu yang akan terjadi di masa mendatang, takut tidak dapat mengatasi masalah yang muncul, berpikiran negatif bingung, serta sulit berpikir jernih.

Penelitian oleh Ikhsanto [17] yang judulnya “Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Bicara depan umum pada Mahasiswa” menunjukkan, kecemasan berbicara dialami oleh 173 mahasiswa dengan 12,14% kategori tinggi, 73,41% kategori sedang, dan 14,45% kategori rendah. Penelitian oleh Aisy [18] tentang kecemasan bicara depan umum juga menghasilkan bahwa sebanyak 128 mahasiswa, 39% mengalami kecemasan berbicara di kategori rendah, 61% pada kategori sedang.

Kecemasan bicara depan umum terlihat juga pada mahasiswa organisatoris IMM di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Seperti yang kita ketahui bahwasanya mahasiswa aktivis organisasi menekuni peran ganda yakni menjadi mahasiswa dan anggota organisasi, selain itu mahasiswa juga dituntut untuk menyeimbangkan perannya sebagai mahasiswa dan anggota organisasi. Namun tuntutan mahasiswa yang aktif organisasi kerap mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis mahasiswa, keadaan tersebut mengharuskan mahasiswa menyelesaikan permasalahan yang ada, seperti permasalahan komunikasi dalam organisasi eksternal dan internal. Menurut survei awal peneliti yakni wawancara singkat kepada tiga aktivis IMM, hasil wawancara mengatakan ketiga siswa tersebut mengalami kecemasan bicara depan umum ditandai dengan reaksi psikologi dan fisiologi seperti berkeringat dingin, gelisah, grogi, jantung berdetak lebih kencang dari biasanya, mengalami beberapa kendal dalam penyusunan materi seperti kurangnya persiapan serta penyusunan kalimat dalam berbicara. Selain itu dari hasil wawancara kepada aktivis IMM mereka mengalami rasa tidak percaya diri dan takut saat menyampaikan materi diskusi dan menjawab pertanyaan yang ada karena berhadapan dengan banyak orang.

Hasil survei awal yang telah dilakukan peneliti sejalan dengan teori Rogers yang mana kecemasan berbicara ialah keadaan tidak nyaman dimana sifatnya sementara namun dapat muncul pada saat atau sedang berhadapan dengan khalayak umum, selain itu kecemasan berbicara muncul disertai dengan beberapa ciri fisiologis seperti gemetar, muncul keringat di beberapa tubuh seperti telapak tangan, dahi, dan leher, jantung berdetak lebih kencang dari biasanya dan lain-lain.

Menurut Sarason, faktor yang mempengaruhi kecemasan bicara depan umum [16] ialah kepercayaan diri, individu dengan kepercayaan diri tinggi akan memiliki kecemasan bicara rendah; dukungan sosial, berbentuk informasi serta bantuan berupa perilaku maupun materi; serta modeling, proses modeling dapat merubah perilaku individu dengan mengamati serta mencontoh hal yang dilakukan oleh orang lain pada saat individu mengalami kecemasan berbicara.

Percaya diri ialah aspek kepribadian individu agar tidak mudah terpengaruh sehingga dapat bertindak sesuai kehendaknya, gembira, optimis, toleran, serta bertanggung jawab [19]. Kepercayaan diri ialah rasa yakin terhadap kemampuan pribadi, sebab orang yang punya percaya diri kuat akan tampil sebagai sosok yang optimis serta

bertanggung jawab atas semua keputusan dan tindakan yang diambil. [20]. Seseorang dengan rasa percaya diri besar mempunyai pembawaan tenang, tidak merasa takut, dan mampu memperlihatkan rasa percaya diri setiap saat [19]. Individu yang memiliki kepercayaan diri bisa mengatasi berbagai rasa takut dan cemas sehingga individu tersebut bisa sampai pada puncak aktualisasi individu tersebut [20].

Percaya diri ialah faktor penting harus dimiliki mahasiswa dalam hal bicara depan umum [9]. Kepercayaan diri merupakan kualitas mental, dengan kata lain rasa percaya diri ialah hasil dari pendidikan serta pemberdayaan individu [15]. Lautser [19] menjelaskan individu dengan kepercayaan diri baik dengan keyakinan akan kemampuan diri, hal ini ditunjukkan dengan sikap yang bersungguh-sungguh dalam mencapai sesuatu; optimis, dimana individu memiliki pandangan positif untuk menghargai kemampuan yang dimiliki; objektif, memandang permasalahan sesuai pada tempatnya; bertanggung jawab, individu dalam menanggung hal yang dilakukannya; rasional dan realistis, melihat suatu kejadian dengan semestinya.

Salah satu unsur penting dalam rasa percaya diri ialah penguasaan atas potensi pribadi. Seseorang yang menyadari kapasitas dirinya akan memahami keunggulan maupun keterbatasannya. Dengan pemahaman itu, individu cenderung menjalani keseharian tanpa diliputi rasa khawatir berlebihan atau tekanan mental yang mengganggu. [3]. Maka dari itu, kepercayaan ia akan mengerti kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya sehingga pada saat menjalani kehidupan sehari-hari ia tidak merasakan kecemasan [3]. Keyakinan diri muncul saat seseorang merasa mampu menjalankan sesuatu sesuai dengan keinginannya, tanpa tekanan dari pihak luar. [3]. Sikap penuh keyakinan terhadap diri sendiri mencerminkan kepercayaan pada kemampuan pribadi dalam menjawab beragam tuntutan hidup yang dihadapi. [21]. Kemampuan mengenali dan memanfaatkan potensi diri tercermin dari perilaku sehari-hari yang memperlihatkan rasa percaya terhadap keunggulan yang dimiliki individu.

Orang akan dikatakan tidak memiliki kepercayaan diri jika mereka takut bicara didepan khalayak, merasa rendah diri saat mengungkapkan ide dan gagasan dalam diskusi atau rapat, padahal percaya diri berperan penting dalam kehidupan mahasiswa karena untuk mendukung kegiatan perkuliahan dan organisasi yang diikutinya [7]. Kunci keberhasilan agar memiliki kemampuan berkomunikasi dengan baik ialah memiliki rasa percaya diri yang cukup [10].

Penelitian dilaksanakan oleh Limbong dkk [7] judulnya “Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Bicara depan umum pada Mahasiswa yang Tergabung dalam Paguyuban di Universitas Malikussaleh” mengatakan “terdapat Hubungan anatar Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Bicara depan umum” yang mana perolehan pengujian hipotesisnya $P=0.000 < 0.05$ dan koefisien korelasi spearman mencapai -0.383 maknanya, ada hubungan signifikan negatif kepercayaan diri dengan kecemasan bicara depan umum, ditunjukkan dari hasil korelasi -0.383 dengan presentase 38,3% dan lainnya 61,7% diberi pengaruh oleh faktor lain. Penelitian selanjutnya oleh Bukhori [22] judulnya “Kecemasan Bicara depan umum ditinjau dari Kepercayaan Diri dan Keaktifan dalam Organisasi Kemahasiswaan” hasilnya adalah didapatkan nilai sig $0.000 < 0.05$ dengan demikian, makin tinggi kepercayaan diri, makin rendah kecemasan berbicara dan sebaliknya, hasil nilai R^2 didapat 0.249 berarti peran kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara berada pada presentase 24,9% dan 75,1% dipengaruhi faktor lain.

Dengan hasil survey yang telah peneliti lakukan, penjelasan penelitian terdahulu dan juga paparan teori yang telah dijelaskan maka peneliti ingin mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan bicara depan umum pada aktivis IMM di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Dengan demikian kajian ini akan menganalisa ada tidaknya korelasi kepercayaan diri dan kecemasan bicara di depan umum pada mahasiswa aktivis IMM di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Subjek ini dipilih karena terdapat mahasiswa aktivis IMM yang mengalami kesulitan bicara depan umum dan kehilangan kepercayaan diri.

Kajian ini memiliki keunikan yang membedakan dari penelitian terdahulu karena berfokus pada mahasiswa organisatoris IMM di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Studi kuantitatif memakai instrumen skala likert yang terstandarisasi guna mengukur dua variabel secara sistematis dan representatif melalui teknik random sampling. Penelitian ini memakai analisis korelasi yang dipakai untuk mengidentifikasi relasi diantara kepercayaan diri dan kecemasan bicara di depan umum. Hasilnya diinginkan bisa jadi dasar empiris yang kuat dalam pengembangan strategi pembinaan dan intervensi psikologis yang efektif untuk meningkatkan kemampuan komunikasi mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi. Dengan demikian, kajian ini tidak hanya memperkaya literatur akademik dalam ranah psikologi komunikasi, tetapi juga memberikan kontribusi praktis bagi pengembangan kualitas sumber daya manusia di dunia pendidikan tinggi.

II. METODE

Studi kuantitatif yang dipakai ialah kuantitatif korelasional dimana datanya berbentuk bilangan atau angka yang dilakukan dengan menggunakan skoring [5]. Variabel dalam kajian ini, yakni kepercayaan diri variabel bebasnya, dan kecemasan bicara depan umum variabel terikatnya. Populasi kajian ini ialah aktivis IMM berjumlah 473 mahasiswa. Sampel yang dipakai 173 mahasiswa sesuai tabel Krejcie & Morgan dengan taraf 10%. Teknik pemilihan sampel berupa *simple random sampling* dimana anggota populasi berkesempatan untuk dijadikan subjek serta sampel yang diambil acak tanpa melihat strata didalam populasi [23].

Pernyataan favorabel atau bisa disebut dengan pernyataan yang mendukung dan memperlihatkan karakteristik atribut yang diukur, serta pernyataan unfavorabel atau bisa disebut dengan pernyataan yang tidak mendukung dan mengembangkan karakteristik atribut yang diukur merupakan skala psikologi yang dipakai untuk mengumpulkan data kajian “Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), serta Sangat Tidak Sesuai (STS)” ialah alternatif jawaban yang dipakai dalam pengambil data kajian.

Penelitiannya ini memakai 2 skala yakni skala kepercayaan diri dan kecemasan bicara depan umum. Skala kepercayaan diri diadopsi dari penelitian Rahman [19] berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Lautser yang terdiri dari: “1) Percaya dengan kemampuannya. 2) Mengambil keputusan sendiri. 3) Merasa dirinya berpemikiran positif. 4) Berani berpendapat”. Skala kecemasan berbicara diadopsi dari kajian yang dilaksanakan oleh Tarigan [16] berdasarkan aspek-aspek menurut Rogers yang terdiri dari: “1) aspek fisik: a) gelisah dan panik, b) gemetar, c) berkeringat, d) jantung berdebar-debar, e) merasa lemas, f) panas dingin. 2) aspek behavioral: a) berperilaku menghindar, b) terguncang. 3) aspek kognitif: a) munculnya rasa tidak mampu, b) munculnya rasa takut, c) sulit berkonsentrasi, d) munculnya rasa kehilangan kendali”.

Analisis validitas dalam kajian ini ditentukan dengan nilai butir aitem dikatakan valid bilamana skor Corrected Itemnya dengan nilai r tabelnya > 0.148 . Validitas item kepercayaan diri berada pada kategori baik berkisar antara $-0.628 - 0.741$. Analisis validitas pada skala kepercayaan diri memperlihatkan bahwasanya dari 24 aitem butir ada 1 aitemnya gugur dan 23 sisanya valid, kemudian pada skala kecemasan bicara depan umum hasilnya memperlihatkan bahwasanya dari 25 aitem butir valid semua. Validitas item kecemasan bicara depan umum masuk dalam kategori baik sekitar $0.528 - 0.785$.

Analisis reliabilitas dalam kajian ini memakai *Alpha Cronbach*. Analisis reliabilitas pada skala kepercayaan diri menghasilkan *Alpha Cronbach* mencapai 0.918, sehingga dalam hal ini skala kepercayaan diri dinyatakan reliabel. Analisis reliabilitas skala kecemasan bicara depan umum didapatkan nilai *Apha Cronbach* mencapai 0.955, sehingga skala kepeceemasan bicara depan umum dinyatakan reliabel.

Analisis selanjutnya dilaksanakan memakai uji statistika memakai *IBM SPSS v.25 for Windows* yakni uji normalitas dan lenearitas, kemudian uji non parametrik analisis korelasi *product moment*.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Uji Normalitas

Analisis pengambilan data dengan *IBM SPSS 25.0 for windows*. Perolehan pengujian normalitas bisa tercermin dari *Non Parametrik Kolmogorov-Smirnov* (K-S) dengan skor signya > 0.05 . dari hasil analisis data tercermin berikut:

**Tabel 1. Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

	Unstandardized Residual
N	173
Normal Parameters ^{a,b}	0.000000
	7.98036659
Most Extreme Differences	0.092
	0.092
	-0.051
Test Statistic	0.092
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001 ^c

Berdasar pada perolehan pengujian normalitasnya diperoleh hasilnya mencapai $0.001 < 0.05$, maknanya data pada penelitian ini tidak terdistribusi normal, selanjutnya akan dilaksanakan uji non-parametrik korelasi spearman.

Uji Linearitas

Uji Linearitas pada kepercayaan diri dan kecemasan bicara di depan umum bisa terbilang linear apabila mempunyai skor signya > 0.05 . dari hasil analisis data dapat dilihat:

**Tabel 2. Uji Linearitas
ANOVA Table**

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Berbicara * Kepercayaan Diri	(Combined)	37824.722	47	804.781	12.589	0.000
	Linearity	34861.872	1	34861.872	545.318	0.000
	Deviation from Linearity	2962.849	46	64.410	1.008	0.473
		7991.186	125	63.929		
		45815.908	172			

Berdasar pada hasil uji linearitas diatas diperoleh hasil perhitungan mencapai $0.473 > 0.05$, maknanya data pada penelitian ini mempunyai hubungan yang linear.

Skor Hipotetik dan Empirik

Tabel 3. Skor Hipotetik dan Empirik

Variabel	Skor hipotetik				Skor empirik			
	Xmin	Xmax	mean	Sd	Xmin	Xmax	Mean	Sd
Kepercayaan diri	24	96	60	12	29	93	68,54	12,431
Kecemasan berbicara didepan umum	25	100	62,5	12,5	25	100	56,02	16,321

Kategorisasi Kepercayaan Diri

Berdasarkan analisis kategori kepercayaan diri, diperoleh hasil dibawah ini:

Tabel 4. Kategorisasi Kepercayaan Diri

variabel	Rumus kategorisasi	Frekuensi	Presentase
Kepercayaan diri	Tinggi	30	17,3%
	Sedang	120	69,4%
	Rendah	23	13,3%
	Total	173	100%

Dari hasil analisis kategorisasi kepercayaan diri, dapat dilihat tingkat kepercayaan diri mahasiswa aktivis IMM di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo ada di golongan tinggi, sedang, dan rendah, masing-masing mencapai 17,3%, 69,4%, dan 13,3%.

Kategorisasi Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Baerdasarkan analisis kategori kecemasan berbicara di depan umum, diperoleh hasil dibawah ini:

Tabel 5. Kategorisasi Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Variabel	Rumus kategorisasi	Frekuensi	Presentase
Kecemasan berbicara didepan umum	Tinggi	20	11,6 %
	Sedang	125	72,3 %
	Rendah	28	16,2 %
	Total	173	100%

Dari hasil analisis kategorisasi kecemasan bicara depan umum, dapat dilihat tingkat kepercayaan diri mahasiswa aktivis IMM di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang ada di golongan rendah dengan presentase 16,2%%, kategori sedang dengan presentase 72,3%, dan kategori tinggi dengan presentase 11,6%.

Uji Korelasi Spearman

Uji selanjutnya dilaksanakan uji non parametrik korelasi spearman. Uji korelasi spearman dua variabel antara kepercayaan diri dengan kecemasan bicara di depan umum dikatakan berkorelasi (berhubungan) bila nilai sig < 0.05, hasil analisis dilihat:

Tabel 6. Uji Korelasi Spearman
Correlations

		Kepercayaan Diri	Kecemasan Berbicara
Spearman's rho	Correlation Coefficient	1.000	-.819**
	Sig. (2-tailed)		0.000
	N	173	173
	Correlation Coefficient	-.819**	1.000
	Sig. (2-tailed)	0.000	
	N	173	173

Hasil uji korelasi spearman diperoleh $0.000 < 0.05$, maknanya data pada penelitiannya ini saling berkorelasi (berhubungan).

B. Pembahasan

Berdasarkan pada perolehan uji hipotesisnya dari signifikasinya yang mencapai $0.00 < 0.05$ dan nilai koefisien korelasi -0.819, maka hasilnya ialah kepercayaan diri mempunyai korelasi signifikan pada kecemasan bicara depan umum, artinya semakin tinggi kepercayaan diri maka kecemasan berbicara di depan umum akan semakin rendah. Sebaliknya, semakin rendah kepercayaan diri maka kecemasan bicara depan umum akan semakin tinggi.

Relevan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Lisnias dkk [1] dimana diperoleh hasil signifikansi mencapai $0.006 < 0.05$ yang maknanya “terdapat Hubungan antara Kepercayaan diri dengan Kecemasan Bicara depan umum” dimana subjek kepercayaan diri ada di golongan rendah mencapai 46,3% dan subjek kecemasan bicara depan umum ada di golongan tinggi mencapai 53,8%.

Temuan Rismelani [24] berjudul “Hubungan Kepercayaan Diri dan Kecemasan Bicara Depan Umum” memperlihatkan perbedaan yang relevan pada nilai $P < 0.05$ hasil one simple t-test memperlihatkan bahwasannya ($t=23.617$, $df=29$) untuk kepercayaan dirinya dan rasa cemas bicara di depan umum mencapai ($t=15.059$, $df=29$). Dari uji T tersebut disimpulkan bahwasannya kepercayaan diri dengan kecemasan bicara di drpan umum saling berkaitan.

Temuan Wati dkk [9] yang berjudul “Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Bicara depan umum pada Mahasiswa di Universitas 45 Surabaya” dimana hasilnya kepercayaan diri dan kecemasan bicara depan umum berhubungan negatif pada mahasiswa Universitas 45 Surabaya, yang mana makin percaya diri seorang mahasiswa makin sedikit kecemasan terkait bicara di depan umum, dan sebaliknya.

Kecemasan bicara depan umum kerap terjadi pada mahasiswa lantaran merasa takut dan memiliki rasa percaya diri yang rendah, diakibatkan individu merasa kurang nyaman hingga muncul perasaan cemas [3]. Kecemasan ialah bentuk emosional dimana memiliki ciri fisiologis seperti rasa tegang yang tidak membuat senang, serta perasaan apprehensif dimana merasa ada hal buruk akan muncul [7]. Orang yang cemas saat bicara di depan umum biasanya

mengalami efek psikologis seperti jantung yang berdetak lebih kencang, keringat meningkat, gemetar, dan juga perut merasa mual, begitu juga sebaliknya [7]. Terdapat beberapa upaya untuk menurunkan kecemasan bicara depan umum, diantaranya melatih diri untuk tetap tenang serta rileks sebelum melakukan pembicaraan di depan orang, menyiapkan materi yang akan disampaikan dengan baik, melakukan persiapan dengan melatih diri berbicara, mencoba berbicara dengan gaya sendiri sendiri, menanamkan kepada diri agar selalu memiliki sikap positif serta pembawaan yang tenang [25].

Keyakinan atas kemampuan dirinya jadi sikap positif individu terhadap dirinya bahwasanya ia mampu dan bersungguh-sungguh, karena jika individu tersebut tidak mampu ia akan mengalami kecemasan yang akan menyebabkan tindakan kurang percaya diri, menilai diri secara negatif, merasa tidak layak, serta menganggap kehadiran diri tidak nyaman atau tidak disukai saat berada di hadapan orang banyak [7]. Kurangnya kemampuan diri ialah salah satu hambatan berbicara, individu dengan keyakinan diri yang rendah bisa jadi menghindari dari komunikasi dengan orang lain karena takut di ejek sehingga individu tersebut lebih memilih diam saat berada pada sebuah diskusi pidato [24].

Kepercayaan diri merupakan kemampuan individu dalam bertindak dan kebebasan individu untuk melaksanakan hal yang disukai serta bertanggungjawab dengan tindakannya, dapat menghargai individu lain, serta dapat menerima kelebihan dan kekurangan individu lain [9]. Percaya diri merupakan sikap yakin kepada segala hal yang dimiliki sehingga individu dapat mencapai tujuan hidupnya [26]. Kepercayaan diri adalah modal utama dalam bicara depan umum, tanpanya individu tidak dapat memberikan informasi kepada individu lain dengan baik [26]. Hakim [27] mengatakan bahwa jika individu ingin memiliki rasa kepercayaan yang kuat maka harus memiliki dan menyeimbangkan sikap hidup seperti: memiliki kemampuan kuat karena merupakan modal utama, membiasakan diri bersikap berani dengan menurunkan pikiran negatif dan belajar selalu berpikir logis dan juga realistis, melakukan inisiatif pada setiap kesempatan yang diberikan, memiliki pendirian yang kuat saat berhadapan dengan banyaknya hambatan, tetap semangat dan pantang menyerah, serta memiliki keinginan yang kuat. Individu dengan kepercayaan diri baik akan berperilaku positif sehingga rasa kecemasan bicara depan umum berkurang, hal tersebut juga akan berdampak baik dalam proses adaptasi di lingkungannya [18].

Dari hasil uji korelasi spearman dalam penelitian ini memperlihatkan bahwasanya ada relasi diantara kepercayaan diri dengan kecemasan bicara depan umum pada aktivis IMM di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo dengan arah negatif yang dicerminkan pada hasil korelasi mencapai -0.819 dengan presentase 81,9% dengan sisanya 18,1% dipengaruhi oleh faktor lainnya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Tirta dan Ambarwati [3] hasilnya menunjukkan bahwa kepercayaan diri 44,5% dipengaruhi oleh kecemasan bicara depan umum. Temuan Juwita [28] dimana kepercayaan diri 45,8% dipengaruhi oleh kecemasan bicara depan umum.

Keterbatasan studi yakni hanya meneliti 1 variabel dependen yakni kecemasan bicara depan umum, selain itu, hanya menggunakan sampel aktivis IMM. Diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat meneliti variabel dependen lainnya atau menambahkan variabel dependen yang bisa memediasi variabel independen dan dependen serta menambah sampel seperti organisasi HIMA, BEM, atau organisasi lain yang tergabung didalamnya.

IV. SIMPULAN

Dengan nilai korelasinya (r) -0.819 dan signya $0.000 < 0.05$ penelitian menyimpulkan bahwasanya kepercayaan diri berkorelasi secara signifikan dengan kecemasan bicara depan umum. Itu memperlihatkan bahwasanya aktivis IMM Universitas Muhammadiyah Sidoarjo dengan kepercayaan diri tinggi memiliki tingkat kecemasan bicara di depan umum rendah, pun sebaliknya. Peneliti merekomendasikan agar para aktivis IMM Universitas Muhammadiyah Sidoarjo tetap belajar dan mengikuti semua pelatihan yang ditawarkan oleh universitas dan organisasi IMM. Selain itu peneliti juga merekomendasikan agar organisasi IMM meningkatkan rasa kepercayaan diri setiap anggotanya dengan memperluas kegiatan *public speaking*, seperti memberikan kesempatan kepada semua aktivis untuk menjadi pemimpin, memperbanyak lomba pidato, mengadakan seminar untuk mengurangi kecemasan bicara depan umum. Peneliti juga menyarankan agar kajian selanjutnya dilaksanakan dengan memakai responden lebih luas dan menambahkan variabel lain dengan kemampuan untuk memediasi kedua variabel tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan adanya artikel ini, peneliti ucap terima kasih pada Pimpinan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo karena telah memberi izin melaksanakan kajian di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, serta pada mahasiswa aktivis IMM Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang sudah bersedia menjadi responden, sehingga kajian ini dapat selesai dengan cukup baik

REFERENSI

- [1] C. V. Lisantias, J. T. L. Loekmono, and Y. Windrawanto, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Prodi Pendidikan Sejarah UKSW Salatiga," 2019. [Online]. Available: <https://www.academia.edu/download/67181977/12643.pdf>.
- [2] F. Himmah, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi UIN Maulana Ibrahim Malang," Malang, 2020. Accessed: May 06, 2025. [Online]. Available: <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/27456>.
- [3] O. A. M. Tirta and K. D. Ambarwati, "Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Pada Mahasiswa Jurusan Teknik Mesin," *G-Couns J. Bimbing. dan Konseling*, vol. 9, no. 1, pp. 647–658, Aug. 2024, doi: 10.31316/gcouns.v9i1.6533.
- [4] K. R. Dyantari and N. Simarmata, "Pengaruh Konflik Peran dan Ketabahan Terhadap Burnout Akademik Pada Mahasiswa Organisatoris di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana," *J. Ilm. Wahana Pendidik.*, vol. 2024, no. 5, pp. 491–504, 2024, doi: 10.5281/zenodo.10530772.
- [5] N. Wulansari and G. R. Affandi, "Mengeksplorasi Dampak Regulasi Diri terhadap Konflik Peran di Kalangan Mahasiswa," *J. Islam. Muhammadiyah Stud.*, vol. 6, no. 2, May 2024, doi: 10.21070/jims.v6i2.1606.
- [6] Y. F. K. Naibaho and D. R. Sawitri, "Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Konflik Peran pada Mahasiswa Organisatoris di FKM dan FISIP Universitas Diponegoro," Aug. 2017. [Online]. Available: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/19749>.
- [7] S. R. Limbong, W. Astuti, and D. Iramadhani, "Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Yang Tergabung Dalam Paguyuban Di Universitas Malikussaleh," *J. Penelit. Psikol.*, vol. 1, pp. 1–6, 2023, [Online]. Available: <https://ojs.unimal.ac.id/ijpp/article/view/11705>.
- [8] A. Sukmawati and A. Rafni, "Peran Organisasi Kepemudaan Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah dalam Melaksanakan Pendidikan Politik Bagi Pemuda di Kota Padang," 2020. [Online]. Available: <https://scholar.archive.org/work/sbe5pcyspfaqzljc37ha37714/access/wayback/http://jce.ppj.unp.ac.id/index.php/jce/article/download/349/153/>.
- [9] C. indah Wati and F. Baharuddin, "Hubungn Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa di Universitas 45 Surabaya," 2023. [Online]. Available: <https://univ45sby.ac.id/ejournal/index.php/humanistik/article/view/365>.
- [10] P. Selwen, Lisniasari, and S. Rahena, "Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kemampuan Publik Speaking Mahasiswa," medan, Dec. 2021. [Online]. Available: <https://journal.stab-bodhidharma.ac.id/index.php/JS/article/view/46>.
- [11] A. A. Arif, S. Murdiana, and A. Ridfah, "Efektivitas Pelatihan Asertif terhadap Penurunan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa," *Humanitas (Monterey. N. L.)*, vol. 8, no. 2, pp. 213–224, Aug. 2024, [Online]. Available: <https://journal.maranatha.edu/index.php/humanitas/article/view/8366>.
- [12] B. A. Amali and E. R. Laili, "Upaya Meminimalisasi Kecemasan Siswa Saat Berbicara di Depan Umum dengan Metode Expressive Writing Therapy," *J. Ilm. Psikol. Terap.*, vol. 8, pp. 109–118, Aug. 2020, doi: 10.22219/jipt.v8i1.12306.
- [13] A. A. F. Salsabila, S. Hayati, and A. M. Aditya, "Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa di Kota Makassar," *J. Psikol. Karakter*, vol. 3, no. 2, pp. 533–539, Dec. 2023, doi: 10.56326/jpk.v3i2.2345.
- [14] Nurhasanah, "Self Efficacy dan Berpikir Positif dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa," Jul. 2021. [Online]. Available: <https://ejournal.umpri.ac.id/index.php/JIK%7C106>.
- [15] S. Wahyuni, "Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Psikologi," *Psikoborneo*, 2013, [Online]. Available: <https://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/3519>.
- [16] S. N. Tarigan, "Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Hukum T.A 2019/2020 Fakultas Syari'ah dan Hukum UIN Suska Riau," 2023, [Online]. Available: <http://repository.uin-suska.ac.id/68975/>.
- [17] A. Bagus Ikhsanto and D. Nastiti, "Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa," Sidoarjo, May 2025. [Online]. Available: <https://archive.umsida.ac.id/index.php/archive/preprint/view/8042>.
- [18] R. N. R. Aisy and D. R. Hidayat, "Pengaruh Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Di Kota Bekasi," *J. Syntax Fusion*, vol. 3, no. 11, pp. 1198–1206, Nov. 2023, doi: 10.54543/fusion.v3i11.385.
- [19] K. DI Diri Dan Kecemasan Berbicara Depan Umum, V. Ratri Harnanda, C. Hari Soetjningsih, P. Studi Psikologi, F. Psikologi, and U. Kristen Satya Wacana, "Kepercayaan Diri dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Psikologi Angktan 2021/2011 Universitas Kristen Satya Wacana," *J. Soc. Econ.*

- Res.*, vol. 5, no. 2, Dec. 2023, [Online]. Available: <https://idm.or.id/JSER/inde>.
- [20] R. Nabilah Rahadatul Aisy and D. Rahmat Hidayat, "Pengaruh Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Di Kota Bekasi," *J. Syntax Fusion*, vol. 3, no. 11, pp. 1198–1206, Nov. 2023, doi: 10.54543/fusion.v3i11.385.
- [21] S. N. A. Candra, "Hubungn Antara Kepercayaan Diri dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang," pp. 1–65, 2022, [Online]. Available: <http://repository.unissula.ac.id/id/eprint/26796>.
- [22] Suriati, "Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa," *RETORIKA J. Kaji. Komun. dan Penyiaran Islam*, vol. 3, no. 1, pp. 1–27, Apr. 2021, doi: 10.47435/retorika.v3i1.577.
- [23] O. Orsy and D. Nastiti, "Hubungan Antara Self Regulated Learning Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo," Sidoarjo, May 2023. [Online]. Available: <https://archive.umsida.ac.id/index.php/archive/preprint/view/996>.
- [24] A. Rismelani, "Hubungan Kepercayaan Diri dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum," Jun. 2024. [Online]. Available: <https://journal.drafpublisher.com/index.php/ijith/article/download/176/161>.
- [25] E. F. N. Muwafiqi, "Hubungan Kepercayaan Diri Mahasiswa Psikologi Islam dengan Penyelesaian Skripsi di Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember," 2022. [Online]. Available: <https://psychospiritual.uinkhas.ac.id/index.php/psycho/article/view/8>.
- [26] M. Amin, "Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Stambuk 2018 Institut Agama Islam Negeri Takengon Aceh Tengah," Medan, Jul. 2022. [Online]. Available: <https://repositori.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/17938/2/178600149 - Mulyana Amin - Fulltext.pdf>.
- [27] D. Alawiyah, Nurasmi, N. Asmila, and R. Fatasyah, "Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa," *RETORIKA J. Kaji. Komun. dan Penyiaran Islam*, vol. 3, no. 1, pp. 1–27, Apr. 2021, doi: 10.47435/retorika.v3i1.577.
- [28] S. Juwita, M. I. Agung, and R. Rahmasari, "Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa," vol. 2, pp. 1–7, Nov. 2011, [Online]. Available: <https://journal.trunojoyo.ac.id/personifikasi/article/view/712>.

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.