

**HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DENGAN KECEMASAN SAAT BERBICARA
DIDEPAN UMUM PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh

Gelar Derajat Sarjana S-1 Psikologi



Diajukan oleh:

MITA RIKA WATI

F 100 110 166

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2015

**HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DENGAN KECEMASAN SAAT BERBICARA
DIDEPAN UMUM PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh

Gelar Derajat Sarjana S-1 Psikologi

Diajukan oleh:

MITA RIKA WATI

F 100 110 166

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2015

**HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DENGAN KECEMASAN SAAT BERBICARA
DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

Yang diajukan oleh :

Mita Rika Wati

F100110166

Telah disetujui untuk dipertahankan

Didepan Dewan Penguji

Pembimbing,



Dra. Partini, M.Si

Surakarta, 15 Oktober 2015

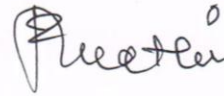
**HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DENGAN KECEMASAAN SAAT
BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

Yang Diajukan Oleh:
MITA RIKA WATI
F 100 110 166

Telah di pertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 28 Oktober 2015
Dan di nyatakan telah memenuhi syarat

Penguji Utama

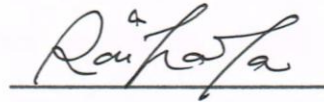
Dra. Partini, M.Si
Penguji Pendamping I



Achmad Dwitvanto O., S.Psi., M.Si.
Penguji Pendamping II



Permata Ashfi Raihana, S.Psi, M.A
Penguji Pendamping III



Surakarta, 28 Oktober 2015
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Psikologi
Dekan,



(Taufik Kasturi, M.Si., Ph.D.)

HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DENGAN KECEMASAN SAAT BERBICARA DIDEPAN UMUM PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

Mita Rika Wati

Mita_rikawati@yahoo.com

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

ABSTRAK

Mahasiswa fakultas psikologi di tuntut untuk memiliki kemampuan berbicara di depan umum, selain mengungkapkan pikirannya secara tertulis. Kemampuan mengungkapkan sesuatu secara lisan memerlukan penguasaan Bahasa yang baik agar mudah di mengerti oleh orang lain dan membutuhkan pembawan diri yang tepa terkait dengan konsep diri seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan Kecemasaan Berbicara saat Didepan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Peneliti memilih metode kuantitatif untuk mencapai tujuan penelitian ini. Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Mahasiswa angkatan 2013 yang berjumlah $\pm$ 290 orang dan di ambil sampel sebanyak 53 orang. Hasil nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar -0,293 dengan p value = $0,017 < 0,05$ yang berarti ada hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara didepan umum. Berdasarkan hasil analisis diketahui variabel konsep diri mempunyai rerata empirik (RE) sebesar 63,13 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 55 yang berarti konsep diri subjek penelitian tergolong tinggi. Variabel kecemasan berbicara didepan umum mempunyai rerata empirik (RE) sebesar 50,09 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 50 yang berarti kecemasan berbicara didepan umum pada subjek penelitian tergolong sedang.

Kata kunci :Konsep Diri, Kecemasan Berbicara di depan Umum

PENDAHULUAN

Mahasiswa fakultas psikologi diuntut untuk memiliki kemampuan berbicara di depan umum, selain mengungkapkan pikirannya secara tertulis. Kemampuan mengungkapkan sesuatu secara lisan memerlukan penguasaan Bahasa yang baik agar mudah di mengerti oleh orang lain dan membutuhkan pembawaan diri yang tepat. Kemampuan mahasiswa berbicara di depan umum lebih banyak menggunakan metode diskusi kelompok dan presentasi. Akan tetapi, mahasiswa sering merasa cemas untuk mengendapkan pemikirannya secara lisan, baik pada saat diskusi kelompok, saat mengajukan pertanyaan pada dosen, ataupun ketika harus berbicara di depan kelas saat mempresentasikan tugas. (Wahyuni,2014)

Dalam kehidupan sehari-hari, sebagian orang saat mendapatkan sesuatu yang menurutnya buruk individu tersebut akan merasa cemas. Seseorang merasakan

cemas ketika menghadapi situasi yang membuat diri seseorang merasa terancam. Menurut Kaplan, Sadock, dan Grebb (1994), kecemasan adalah suatu reaksi pada suatu situasi tertentu yang menurut individu merasa terancam (Widury, 2005).

Pada umumnya kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang ada disekitar kita. Karena kecemasan merupakan pengalaman universal, dijumpai oleh siapa saja, kapan saja, dan dimana saja. Istilah kecemasan sendiri banyak di gunakan oleh masyarakat untuk mengartikan perasaan takut pada diri seseorang. Banyak hal yang dapat menimbulkan kecemasan, misalnya kesehatan kita, relasi kita, ujian, karier, dan hal-hal yang akan terjadi di masa mendatang. Menurut Jeffrey S. Nevid, Spencer A. Rathus dan Beverly Greene (2005) kecemasan adalah suatu kekhawatiran yang memberi stimulus bahwa

sesuatu yang buruk akan segera terjadi seperti kesehatan, relasi sosial, karir dan

Kecemasan berbicara di depan umum yang terjadi pada diri individu bisa disebabkan oleh berbagai macam hal. Menurut Geist (dalam Gunarsa, 2000) kecemasan tersebut dapat bersumber dari berbagai hal seperti tuntutan social yang berlebihan dan tidak mampu dipenuhi oleh individu yang bersangkutan, standar prestasi yang terlalu tinggi dengan kemampuan yang dimilikinya seperti kurang persiapan untuk menghadapi situasi yang ada, pola berfikir dan persepsi yang negative terhadap situasi atau diri sendiri.

Menurut (Rahmat,2009) apabila orang merasa rendah diri, maka orang tersebut akan mengalami kesulitan untuk mengkomunikasikan gagasannya pada orang lain, dan cenderung menghindari untuk berbicara di depan umum, karena takut orang lain akan menyalahkannya.

lain-lain yang bisa menjadi sebab khawatir (Jeffrey S. Nevid, 2005).

Kecemasan dalam interaksi social lebih sering disebabkan adanya pemikiran-pemikiran negative dalam diri individu. Individu merasa bahwa orang lain tidak dapat menerima dirinya karena perbedaan-perbedaan yang dimilikinya, seperti perbedaan status social, status ekonomi dan tingkat pendidikannya.

Menurut Gunarsa (1983) salah satu factor kepribadian yang berhubungan erat dengan kecemasan berbicara didepan umum adalah konsep diri. Konsep diri adalah penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri secara keseluruhan, baik fisik, psikis, social, maupun moral. Penilaian terhadap diri sendiri tersebut sangat dipengaruhi oleh penilaian lingkungan terhadap dirinya. Lingkungan tersebut adalah keluarga, sekolah, kampus, dan lingkungan pergaulan diluar rumah.

Rakhmat (2000) menyatakan bahwa konsep diri bukan hanya sekedar gambaran deskripsi saja melainkan juga penilaian seseorang terhadap dirinya. Jadi konsep diri meliputi apa yang di pikirkan dan apa yang di rasakan seseorang tentang dirinya.

Konsep diri meliputi apa yang kita pikirkan dan apa yang kita rasakan tentang diri kita sendiri. Dengan demikian ada dua komponen konsep diri, yaitu komponen kognitif dan komponen afektif. Dalam psikologi sosial, komponen kognitif disebut citra diri atau self image, sedangkan komponen afektif disebut harga diri atau self esteem. Keduanya, menurut William D. Brooks dan Philip Emmert, berpengaruh besar pada pola komunikasi interpersonal (Rakhmat, 2005).

Konsep diri (self concept) adalah evaluasi individu mengenai diri sendiri; penilaian atau penaksiran mengenai diri sendiri oleh individu yang bersangkutan

(Chaplin, 1995). Evaluasi, penilaian, atau penaksiran berarti individu mengembangkan dirinya dan memberikan nilai mengenai dirinya sendiri. Secara umum penilaian tentang konsep diri dibagi menjadi dua bagian, yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Salah satu ciri individu yang memiliki konsep diri positif adalah mampu menerima dan mencintai diri sendiri apa adanya, sedangkan salah satu ciri individu yang memiliki konsep diri negatif adalah tidak mampu menerima dan mencintai diri sendiri apa adanya (Rakhmat, 2005).

Konsep diri adalah penilaian, pandangan, dan perasaan seseorang tentang dirinya. Konsep diri terdiri atas dua aspek, yaitu konsep diri fisik yang tercermin pada penampilannya, dan konsep diri psikologis yang terinci atas konsep diri akademis dan konsep diri sosial. Dalam kaitannya dengan belajar perlu dibangun konsep diri yang positif,

agar terbentuk kepercayaan diri. Hal ini senada dengan pendapat Cooper dan Sawot (dalam Priyadharma, 2001:18).

Menurut Secord dan Backman (1974) menguraikan bahwa konsep diri adalah suatu rangkaian pemikiran dan perasaan terhadap diri sendiri yang meliputi: tubuh, penampilan, dan perilaku.

Konsep diri menurut Hurlock (1990:58) adalah gambaran yang dimiliki orang tentang dirinya, gambaran diri ini merupakan dasar penilaian individu tentang dirinya yang meliputi fisik, social, psikologi, emosi, aspirasi, dan prestasi yang akan datang.

METODE PENELITIAN

Subjek penelitian adalah mahasiswa fakultas psikologi universitas muhammadiyah Surakarta angkatan 2013 yang berjumlah seluruhnya sebesar ± 290 . Dan diambil sampel

sebesar 53 orang yang memenuhi kriteria penelitian. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *cluster random sampling*. Dari beberapa angkatan di fakultas psikologi, terpilih angkatan 2013. Metode pengumpulan data menggunakan skala konsep diri dan skala kecemasan berbicara didepan umum. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment*. Berdasarkan hasil analisis *product moment* didapatkan korelasi sebesar -0,293 dengan $\text{sig.} = 0,017; p \leq 0,05$ yang menunjukkan bahwa ada hubungan negative yang signifikan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara didepan umum. Hubungan negative ini dapat digambarkan bahwa semakin tinggi konsep diri mahasiswa berarti semakin rendah kecemasan berbicara didepan umum nya, begitupun sebaliknya semakin rendah konsep diri

mahasiswa semakin tinggi pula tingkat kecemasan berbicara didepan umumnya.

Pendapat diatas didukung teori dari Adler dan Rodman (1991) factor yang mempengaruhi kecemasan berbicara didepan umum adalah konsep diri sebagai variable yang dapat menurunkan kecemasan berbicara didepan muka umum. Konsep diri memiliki pengaruh yang signifikan dalam perilaku individu, khususnya dalam berbicara di muka umum. Karena individu dengan konsep diri yang tinggi akan mampu menyelesaikan tugas dan tujuan yang telah ditetapkan, termasuk pula tugas untuk berbicara di muka umum, dengan demikian individu dengan tingkat konsep diri yang tinggi akan mengalami kecemasan berbicara didepan umum lebih rendah.

Berdasarkan hasil analisis diketahui variable konsep diri memiliki rerata empiric (RE) sebesar 63,13 dan

rerata hipotetik (RH) sebesar 55 yang menunjukkan bahwa konsep diri subjek tergolong tinggi. Kondisi ini dapat diartikan bahwa subjek penelitian pada dasarnya memiliki sikap yang terbentuk dari aspek konsep diri menurut Berzonsky yaitu aspek fisik, aspek social, aspek psikis dan aspek moral.

Variable kecemasan berbicara didepan umum memiliki rerata empiric (RE) sebesar 50,19 dan rerata hipotetik sebesar 50 yang menunjukan kecemasan berbicara didepan umum tergolong sedang. Kondisi ini dapat diartikan bahwa subjek penelitian memiliki aspek fisik, seperti jantung berdebar, keringat dingin dan suara bergetar, aspek proses mental meliputi hilang ingatan secara tiba-tiba melupakan hal yang penting, dan aspek emosional meliputi rasa tidak mampu, rasa takut dan rasa hilang kendali.

Sumbungan efektif untuk kedua variable dilihat dari koefisien determinasi $r^2 = -0,293$ yang menunjukkan bahwa variable konsep diri mempengaruhi kecemasan berbicara didepan umum sebesar 8,58% dan 91,42% sisanya di pengaruhi oleh faktor lain selain konsep diri. Factor lain yang mempengaruhi menurut Nevid (2007) yaitu factor social lingkungan, factor biologis, factor behavioral dan factor kognitif.

Berdasarkan hasil penelitian serta analisis diatas menunjukkan bahwa ada hubungan negative yang signifikan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara didepan umum. Generalisasi dari penelitian-penelitian ini terbatas pada populasi dimana tempat penelitian dilakukan.

Sehingga penerapan pada ruang lingkup yang lebih luas dengan karakteristik berbeda yang kiranya perlu

dilakukan peelitian lagi dengan menggunakan atau menambah variable-variabel lain yang belum di sertakan dalam penelitian.

KESIMPULAN DAN SARAN

a. Kesimpulan

1. Ada hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara didepan umum, semakin tinggi konsep diri maka semakin rendah kecemasan berbicara didepan umum, begitu juga sebaliknya.
2. Tingkat konsep diri yang dimiliki siswa tergolong tinggi.
3. Tingkat kecemasan berbicara didepan umum yang dimiliki mahasiswa tergolong sedang.
4. Sumbungan efektif konsep diri terhadap kecemasan berbicara didepan umum sebesar 8,58%. Yang berarti masih terdapat 91.42% faktor lain yang mempengaruhi kecemasan

berbicara di depan umum diluar faktor konsep diri

b. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang diperoleh selama pelaksanaan penelitian, maka penulis memberikan saran – saran yang diharapkan dapat bermanfaat, yaitu :

1. Saran Bagi Mahasiswa

Bagi Mahasiswa angkatan 2013 Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang memiliki kategori kecemasan berbicara di depan umum yang tergolong sedang, diharapkan dapat mengurangi kecemasan seperti lebih aktif dalam berinteraksi social, sering berlatih dalam berkomunikasi secara formal dalam menyampaikan informasi di depan dosen dan teman-teman.

2. Saran Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengangkat penelitian tentang kecemasan berbicara di depan umum, disarankan untuk

mempertimbangkan dan mempertimbangkan beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum, seperti kepercayaan diri, self-efficacy dll. Peneliti selanjutnya juga dapat meninjau lebih mendalam tentang metode pengambilan data yang sesuai. Oleh karena itu untuk peneliti selanjutnya agar dapat menggunakan waktu yang cukup lama dan menggunakan tehnik pengambilan data yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Adler, R.B., Rosendfeld., L.,& Towhe. (1983). *Interplay* (2.Ed). New York : college Publisher
- Gunarsa, S. (2000) *psikologi Praktis: Anak, Remaja, dan Keluarga*. Jakarta: Penerbit PT. BPK Gunung Mulia.
- Gunarsa, S.D., & Gunarsa, N.Y.S.D (1983). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Nevid, J.S., Rathus, S.A., & Greene, B. 2005. *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 1*. Terjemahan: Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Jakarta: Erlangga.
- Nevid, J.S., Rathus, S.A., & Greene, B. 2005. *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 1*. Terjemahan: Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Jakarta: Erlangga.
- Priyadharma, T. 2001. *Kreativitas Dan Strategi*. Jakarta: PT. Golden Trayon Press
- Rakhmat, J. 2008. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Wahyuni, S. (2014). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi, *e-jurnal psikologi*, 50-65.
- Widury, F. F. (2005). *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*. Jakarta: Universitas Indonesia