BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seseorang yang bercita-cita menjadi seorang pengajar tentu akan memilih Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan saat menuntut ilmu. Menjadi seorang pengajar tidaklah mudah, karena dituntut memiliki kemampuan verbal yang tinggi, supaya dapat berbicara didepan umum, terutama saat menerangkan didalam kelas.Selain itu dituntut untuk menuangkan seluruh pikirannya secara lisan supaya dapat dipahami dan dimengerti oleh siswanya dengan menggunaan pembawaan yang tepat pula tentunya.Yang dimaksudkan sebagai pembawaan adalah kepercayaan diri, kemampuan mengatur emosi, dan memperlihatkan kemampuan gerak-gerik yang fleksibel (tidak kaku).Seorang guru tentunya harus memiliki tujuan yang hendak dicapai yaitu meningkatkan kemampuan anak didiknya.

Proses belajar mengajar akan berlangsung secara efektif apabila terjadi hubungan timbal balik yang positif. Dalam proses mengajar tentu membutuhkan komunikasi yang baik, supaya mudah untuk di mengerti, sehingga seorang pendidik tentu harus mempunyai kemampuan berbicara di depan umum. Menurut informasi yang diperoleh peneliti bahwa mahasiswa FKIP akan mengambil matakulia micro teaching ataupun ppl , pada mata kuliah tersebut mahasiswa dituntut untuk berbicara didepan kelas dan berlatih mengajar dengan harapan ketika menjadi seorang pengajar mampu menminimalisir kesalahan dan mengatasi kecemasan atau rasa gugup saat

dituntut untuk berbicara di depan umum serta dapat mengerti bagaimana cara menguasai kelas. Matakuliah tersebut pada setiap progdi ditempuh pada semester yang berbeda (palapanews.com).

Kecemasan sendiri adalah keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi, banyak hal – hal yang dapat membuat cemas seseorang misalnya, kesehatan, relasisosial, ujian karier, relasi interpersonal, dan kondisi lingkungan (jeffrey S. Nevid, 2005). Pada hasil penelitian Ririn (2013) dengan judul Hubungan Antara Ketrampilan Komunikasi Dengan Kecemasaan Berbicara di Depan Umum yaitu pada analisis data menunjukan pada umumnya kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling angkatan 2011 berada pada kategori tinggi, yaitu sekitar 42,65 % dari keseluruhan responden dalam penelitian ini. Mahasiswa yang teridentifikasi mengalami kecemasan pada kategori tinggi diasumsikan karena adanya tekanan sebagai suatu respon terhadap situasi berbicara di depan umum yang penuh dinamika. Kecemasan merupakan kondisi emosi yang kurang menyenangkan, dia akan merasa ragu-ragu dalam bertindak, ada perasaan tidak tenang, was-was, curiga dan sulit alam melakukan aktifitas dengan baik Lazarus (dalam Ranakusuma, 2014).

Ada dua mahasiswa angkatan 2014 dan 2013 di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang diwawancarai oleh peneliti dari dua subjek ini mereka mengatakan hal yang berbeda salah satu subjek berinisial U mengatakan bahwa saat awal kuliah microteaching dia merasa sangat gugup, walaupun dengan teman sendiri dan hanya diberikan waktu yang cukup singkat, ia

mengatakan jika ketika dia berlatih untuk mengajar di depan kelas seperti itu sendiri, subjek merasa takut salah berbicara dan tidak bisa menjawab pertanyaan yang di berikan pada temannya, untuk mengawali berbicara ketika perasaan cemas muncul subjek susah untuk berbicara atau mengulang – ulang kalimat, menurut subjek itu hal yang wajar karena teman – temannya mengalami hal yang sama. Subjek mengakatan berbeda dengan sekarang ia tidak merasakan hal-hal yang berlebihan ketika berbicara di depan kelas, dia mengatakan bahwa lama – lama akan terbiasa, dan subjek mengatakan ada metode yang membantu mahasiswa dalam mengatasi perasaan cemas yaitu dengan menerapkan metode aktif learning atau metode siswa dituntut untuk aktif dan guru hanya sebagai fasilitator . Dan berbeda dengan subjek dua yang berinisial A dia sampai saat ini masih merasakan kecemasan ketika akan memulai presentasi atau mengajar dia merasa lemas , jantung berdebar ketika akan mulai berbicara di depan umum, walaupun sebelumnya subjek sudah merasa menguasai materi yang akan di sampaikan. Subjek merasa tidak percaya, diri, dan takut jika materi yang disampaikan tidak dapat dipahami oleh teman-temannya.

Pada kenyataannya masih ada beberapa mahasiswa yang masih merasa cemas , dan belum bisa mengendalikan diri ketika berada di depan kelas. Bahkan ketika pada kuliah microteaching, mahasiswa belum memaksimalkan aktifitas mengajar, walaupun kegiatan tersebut di laksanakan dengan teman satu kelas berperan menjadi siswa, ada beberapa mahasiswa yang masih merasa cemas. kecemasan sendiri adalah keadaan khawatir yang mengeluhkan

bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi, banyak hal – hal yang dapat membuat cemas seseorang misalnya, kesehatan, relasisosial, ujian karier, relasi interpersonal, dan kondisi lingkungan (jeffrey S. Nevid, 2005).

Segala bnetuk situasi yang mengancam kesejahteraanorganisme seperti ancaman fisik, harga diri, dan tekanan untuk melakukan sesuatu diluar kemampuan dapat menimbulkan kecemasan.Yang ditandai dengan istilah-istilah seperti ke khawatiran, keprihatinan dan rasa takut yang dirasakan berbeda pada setiap orang. Sedangkan Mahasiswa yang memiliki regulasi emosi yang baik dia akan dapat mengatur emosi positif atau pun negatif untuk mencapai tujuan yang akan dicapai, regulasi emosi dapat dibagi menjadi dua menurut Cicchetti, Acketman dan Izard (dalam Allen, 2009) yang pertama seseorang yang kesulitan dalam memodulasi ekspresi pengalaman dan yang kedua seseorang yang dapat otomatis dapat menekan ataupun mengotrol pengalaman emosionalnya. Mahasiswa yang mempunyai regulasi emosi yang baik diharapkan mampu untuk mengatasi masalah- masalah yang dihadapinya sehingga dapat meningkatkan efektivitas pengajaran nantinya.Hal ini juga dapat di dukung dari penelitian Ranakusuma (2014) dengan judul Hubungan Regulasi Emosi dan Kecemasan Pada Petugas Penyidik Polri dan Penyidik PNS dengan hasil menunjukan bahwa semakin tinggi kecemasan sesaat (*state anxiety*) yang dialami penyidik, maka semakin rendah kecenderungan menggunakan *reap1resial* dalam meregulasi emosi.

Berdasarkan uraian diatas dapat maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara regulasi emosi dan kecemasan

berbicara di depan kelas pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Muhammadiyah Surakarta ?

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui :

1. Hubungan antara regulasi emosi dengan kecemasan berbicara di depankelas pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Tingkat regulasi emosi pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Tingkat kecemasan berbicara di depan kelas pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

C. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Mahasiswa pentingnya regulasi emosi untuk mengurangi kecemasan di depan kelas pada mahasiswa universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Universitas Muahammadiyah Surakarta agar dapat membantu mahasiswa dalam meningkatkan regulasi emosi
3. Peneliti selanjutnya sebagai bahan referensi pada peneliti yang menggunakan tema yang sama.