

**HUBUNGAN ANTARA KECENDERUNGAN EKSTROVERT
DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM
PADA MAHASISWA FKIP PBSID UMS**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Mencapai Derajat Sarjana
S-1 Psikologi



Disusun oleh :

Prita Meikasari

F 100 050 132

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2010

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seseorang yang bisa mengekspresikan diri dengan jelas dan tidak samar akan lebih unggul daripada yang tidak bisa, dengan bantuan kehebatan bicara, seseorang bisa menemukan jalan yang jelas dalam semua bentuk situasi atau masalah. Yang lebih penting, lewat kata-kata yang tepatlah ia bisa menyalurkan semua kepercayaan diri yang menjadi kunci semua kesuksesan. Bahkan, faktanya, kemampuan berbicara adalah kualitas yang paling menonjol yang bisa dicatat seseorang untuk membukakan jalan baginya menuju semua jenis kesuksesan dan dalam semua bidang pekerjaan (Osborne, 2004).

Seseorang yang memiliki cita-cita menjadi pengajar, akan memilih Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) sebagai tempat menuntut ilmu. Menjadi seorang pengajar, dituntut memiliki kemampuan verbal yang tinggi. Pekerjaan yang membutuhkan kemampuan berbicara di depan umum adalah guru. Sebagai seorang calon guru, mahasiswa FKIP, di samping mempunyai keahlian mengungkapkan pikirannya secara tertulis, juga dituntut untuk mempunyai kemampuan berbicara di depan umum. Mengungkapkan pikiran secara lisan diperlukan kemampuan penguasaan bahasa yang baik supaya mudah dimengerti oleh orang lain dan pembawaan diri yang tepat. Pembawaan diri yang dimaksud adalah adanya kepercayaan diri, kemampuan dalam stabilitas emosi, sanggup menampilkan gagasan-gagasan secara lancar dan teratur, serta memperlihatkan

suatu sikap gerak-gerik yang tidak kaku. Guru mempunyai visi atau tujuan pendidikan dalam proses belajar mengajar yang ingin dicapainya. Tujuan pendidikan secara khusus, yakni meningkatkan pengetahuan seseorang mengenai sesuatu hal sehingga ia menguasainya, tujuan pendidikan itu akan tercapai jika prosesnya komunikatif. Jika proses belajar itu tidak komunikatif, tidak mungkin tujuan pendidikan itu dapat tercapai.

Proses belajar mengajar yang efektif akan terjadi timbal balik antara guru dengan murid. Dalam proses mengajar, seorang guru dituntut mempunyai kemampuan berbicara yang baik dan mudah dimengerti, sehingga terjalin proses belajar mengajar yang komunikatif serta efektif. Sama halnya dengan mahasiswa FKIP PBSID UMS yang akan menjadi seorang calon guru nantinya, dituntut untuk mempunyai kemampuan berbicara di depan umum. Dari informasi yang diperoleh peneliti, bahwa mahasiswa yang baru memasuki semester satu mempelajari mata kuliah Teori Berbicara (berlatih mengajar). Mata kuliah ini mengajarkan mahasiswa untuk melatih kemampuan mengajar atau berbicara di depan umum. Mata kuliah ini dimasukkan dalam kurikulum di semester satu dengan tujuan mahasiswa baru pertama kali melakukan interaksi dan berbicara di depan umum, dengan teman-teman sekelasnya yang belum semuanya dikenal, mahasiswa tersebut akan mengalami kecemasan atau grogi ketika tampil di depan umum, mata kuliah ini diberikan dengan tujuan agar mahasiswa nantinya saat menjadi seorang pengajar, dapat meminimalisir kecemasan mengajar atau berbicara di depan murid yang baru pertama kali ditemuinya.

Perasaan cemas berbicara di depan umum menurut Rini (2002) muncul karena takut secara fisik terhadap pendengar, yaitu takut ditertawakan orang, takut bahwa dirinya akan menjadi tontonan orang, takut bahwa apa yang akan dikemukakan mungkin tidak pantas untuk dikemukakan, dan rasa takut bahwa mungkin dirinya akan membosankan. Selanjutnya Santoso (1998), mengatakan kecemasan berbicara di depan umum bersifat subjektif, biasanya ditandai dengan gejala fisik dan gejala psikologis. Termasuk dalam gejala fisik yaitu tangan berkeringat, jantung berdetak lebih cepat, dan kaki gemetaran. Kemudian, yang termasuk gejala psikologis adalah takut akan melakukan kesalahan, tingkah laku yang tidak tenang dan tidak dapat berkonsentrasi dengan baik.

Kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Philip G. Zimbardo pada Universitas Stanford di California, AS (dalam Rakhmat, 2006), yaitu kecemasan yang terjadi pada diri individu akan membuat individu tersebut merasa rendah diri, meremehkan diri sendiri, menganggap dirinya tidak menarik dan menganggap dirinya tidak menyenangkan untuk orang lain. Tiga perempat dari jumlah orang dewasa yang ditelitinya akan merasa cemas bila harus hadir dalam suatu pertemuan yang dihadiri oleh orang-orang yang asing bagi mereka. Individu yang cenderung mengalami kecemasan ditandai dengan ketegangan otot dan adanya tingkat kewaspadaan yang sangat tinggi. Kemudian, individu tersebut akan menolak untuk bersosialisasi dengan orang lain, keadaan individu akan membaik ketika ketegangannya berkurang.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Hurt (dalam Utami, 1991) juga melaporkan hasil bahwa 10-20% mahasiswa di berbagai Perguruan Tinggi

Amerika menderita kecemasan berkomunikasi. Burgoon, dkk (dalam Siska, 2003) yang melakukan penelitiannya di Amerika Serikat mengemukakan bahwa 10-20% populasi di Amerika Serikat mengalami kecemasan berkomunikasi yang sangat tinggi, dan sekitar 20% yang mengalami kecemasan komunikasi yang cukup tinggi.

Kecemasan saat berbicara di depan umum akan menghambat ide dan gagasan yang ingin disampaikan pada saat berbicara di depan umum, sehingga proses komunikasi menjadi tidak efektif atau dikatakan mengalami hambatan komunikasi, Mc Croskey (dalam De Vito, 1995). Orang yang mengalami hambatan komunikasi (*communication apprehension*) akan merasa sulit dan merasa cemas ketika harus berkomunikasi antar pribadi dengan manusia lain, sehingga tidak mampu mencerminkan rasa kehangatan, keterbukaan dan dukungan, Burgoon, dkk (dalam Utami, 1991). Berdasar hasil penelitian yang dilakukan oleh Opt, dkk (2000) menunjukkan adanya tiga faktor kecemasan berbicara di depan umum, tiga faktor tersebut adalah : kecenderungan individu *ekstrovert* dan *introvert*, individu yang melihat sesuatu dengan intuisi (*intuitors*) atau dengan panca indra (*sensors*) dan individu yang menggunakan pola pikir positif mempunyai kecemasan yang lebih rendah daripada individu yang berpola pikir negatif. Setiap orang mengadakan orientasi terhadap dunia sekitarnya. Pada saat mengadakan orientasi, orang yang satu dengan orang lainnya berbeda. Menurut Jung (dalam Friedman, 2008), orientasi manusia ada yang memiliki arah ke luar dan ke dalam didasarkan pada kepribadiannya. Secara teoritis kepribadian dapat dijadikan sebagai prediktor untuk memprediksi kecemasan berbicara di

depan umum. Ada dua kecenderungan kepribadian yang dikemukakannya yaitu kecenderungan *ekstrovert* dan *introvert*. Dimensi orang dengan kecenderungan *ekstrovert* mengarahkan libidonya (energi psikis) pada hal-hal di luar dirinya.

Kecemasan berbicara di depan umum dimiliki oleh setiap orang meskipun dalam derajat dan bentuk yang berbeda. Kecemasan ketika berbicara di depan umum harus dihilangkan, karena jika dibiarkan bisa terpendam dan akan menjadikan individu tidak akan berkembang dan merasa selalu tidak percaya diri sewaktu berbicara di depan umum. Faktor yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum yaitu kepercayaan diri, kecemasan berbicara di depan umum dapat diminimalisir melalui individu atau seorang mahasiswa yang memiliki kemampuan dalam mempengaruhi orang lain dan mempunyai kepercayaan diri yang tinggi, dan hal ini cenderung terdapat pada individu yang memiliki kecenderungan *ekstrovert* (Sriewidjono, 2007).

Kenyataan yang terjadi banyak mahasiswa tidak memperhatikan kualitas pembicaraan dalam melakukan pelatihan berbicara di depan umum bahkan pada tahap *microteaching* sekali pun yang dilakukan pada semester delapan dan pada dasarnya mahasiswa sudah mengenal teman-temannya sendiri, mahasiswa belum dapat memaksimalkan penyampaian pengajaran kepada peserta lainnya. Hal ini dapat diketahui dari beberapa penelitian yang telah dilakukan. Penelitian yang telah dilakukan oleh Lee Yen Han pada tahun 2003 (dalam Rakhmat, 2006) dengan judul *A Study of Secondary Three Students' Language Anxiety* menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang paling tinggi sebanyak 68% dijumpai ketika seseorang diminta untuk maju dan berbicara di depan kelas, saat

ujian, dan ketika berlatih bicara dengan orang asing. Pada saat diminta untuk berbicara di depan kelas, sebagian besar siswa mengungkapkan bahwa mereka merasa kaget dan ragu-ragu. Adanya rasa takut melakukan suatu kesalahan juga muncul. Namun untuk beberapa siswa, mereka bisa mengatasi rasa cemas tersebut dengan menarik nafas dan menenangkan diri. Pada saat mereka telah selesai berbicara dan melakukan suatu kesalahan, mereka akan merasa malu dan takut. Akan tetapi mereka menyadari bahwa kesalahan tersebut merupakan bagian dari proses belajar. Dimana diantaranya 21,52% disebabkan karena adanya kekhawatiran terjadinya penilaian sosial yang negatif terhadap mereka dan 12,66% disebabkan karena adanya ketakutan akan gagal.

Tiga mahasiswa angkatan 2008 FKIP PBSID UMS diwawancarai oleh peneliti. Seorang dari mahasiswa tersebut yang merupakan mantan Ketua OSIS di sekolahnya, mengaku dirinya tidak begitu canggung ketika sedang berbicara di depan umum. Selain karena dirinya sudah terbiasa berbicara di depan umum juga karena dirinya selalu memikirkan hal-hal yang menyenangkan dari setiap aktivitasnya. Dua mahasiswa mengaku bahwa mereka sering mengalami kecemasan ketika berbicara di depan kelas pada mata kuliah Teori Berbicara. Adanya perasaan takut dan khawatir berbuat banyak kesalahan serta tidak dapat menjawab pertanyaan yang diajukan teman-temannya. Tiga mahasiswa ini juga menilai bahwa hampir seluruh teman satu kelasnya mengalami hal yang serupa, perasan cemas tersebut sangat terlihat ketika setiap mahasiswa mendapat gilirannya untuk berbicara di depan kelas. Hanya beberapa orang saja yang terlihat santai ketika berbicara di depan kelas.

Mahasiswa yang mempunyai kecenderungan *ekstrovert* diharapkan mampu menggunakan ide-ide dan gagasan yang cemerlang dalam pengembangan pembicaraan, meningkatkan efektivitas dan efisiensi serta kualitas dan kuantitas pembicaraan untuk pengembangan pengajaran nantinya. Mahasiswa yang cenderung periang dan humoris atau mahasiswa dengan kecenderungan *ekstrovert* dapat dikatakan mereka dapat menguasai pembicaraan dan dapat berinteraksi dengan baik dengan *audience*. Penelitian-penelitian yang mengkorelasikan kecenderungan ekstrovert dengan kecemasan berbicara di depan umum atau variabel lain nampaknya belum banyak menarik perhatian peneliti untuk mengungkap fenomenanya. Atas dasar inilah penulis dengan segala keterbatasan yang ada mencoba mengungkap hubungan antara kecenderungan ekstrovert dengan kecemasan berbicara di depan umum.

Berdasarkan uraian di atas maka perlu diketahui secara mendalam bagaimanakah keterkaitan atau hubungan antara kecenderungan ekstrovert dengan kecemasan berbicara di depan umum. Rumusan masalah pada penelitian ini adalah : apakah ada hubungan antara kecenderungan ekstrovert dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa FKIP PBSID UMS? Dari rumusan masalah tersebut peneliti ingin mengkaji lebih dalam secara empiris dengan melakukan penelitian berjudul : **Hubungan antara kecenderungan ekstrovert dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa FKIP PBSID UMS.**

B. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Hubungan antara kecenderungan ekstrovert dengan kecemasan berbicara di depan umum
2. Peranan kecenderungan ekstrovert terhadap kecemasan berbicara di depan umum
3. Tingkat kecenderungan ekstrovert pada subjek penelitian
4. Tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada subjek penelitian

C. Manfaat penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Bagi perguruan tinggi FKIP PBSID UMS, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pemikiran untuk lebih meningkatkan kualitas pendidikan dan sistem pembelajaran untuk menciptakan lulusan yang siap menciptakan pengajar yang berkualitas di bidangnya.
2. Bagi PBSID, diharapkan memberikan manfaat untuk menumbuhkan kemampuan berbicara di depan umum dengan mengembangkan ilmu pengetahuan tentang teknik mengajar yang efektif dan komunikatif.
3. Bagi subjek penelitian, diharapkan dapat digunakan sebagai pertimbangan dalam mempersiapkan diri setelah lulus dari perguruan tinggi dengan mempersiapkan diri menghadapi dunia pengajaran yang kompetitif.
4. Bagi ilmu psikologi, hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat sebagai sumbangan ilmu pengetahuan pada umumnya dan psikologi pendidikan

pada khususnya mengenai hubungan antara kecenderungan ekstrovert dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa.

5. Bagi peneliti yang sejenis, diharapkan dapat memberikan masukan untuk mempertimbangkan faktor lain yang lebih berpengaruh sehingga bisa diambil kesimpulan yang lebih produktif.