

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN BERPIKIR
POSITIF DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN
UMUM PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata1 pada
Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh:

INDAH NALURI PRATDITA

F 100 160 004

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2020**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN BERPIKIR POSITIF
DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA
MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

PUBLIKASI ILMIAH

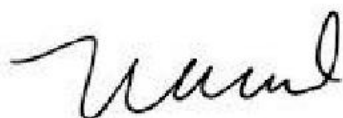
Oleh :

INDAH NALURI PRATDITA

F 100 160 004

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Pembimbing



Dr. Nanik Prihartanti, M.Si., Psikolog

NIK: 540

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN BERPIKIR POSITIF
DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA
MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

OLEH

INDAH NALURI PRATDITA

F 100 160 004

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada tanggal, 24 Juli 2020
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

1. **Dr. Nanik Prihartanti, M.Si, Psikolog**

(Ketua Dewan Penguji)

2. **Dr. Sri Lestari, M.Si, Psikolog**

(Anggota I Dewan Penguji)

3. **Santi Sulandari, S. Psi., M.Ger**

(Anggota II Dewan Penguji)



Susatyo Yuwono, S.Psi., M.Psi., Psikolog

NIK.NIDN: 838/0624067301

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 8 Juli 2020

Penulis



INDAH NALURI PRATDITA

F 100 160 004

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN BERPIKIR POSITIF DENGAN KECEMASAN BERICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

Abstrak

Keterampilan atau kemampuan berbicara di depan umum merupakan hal yang sangat penting bagi seseorang karena akan berguna untuk meningkatkan *public speaking* dan mengembangkan *soft skill* yang dimiliki, namun tidak semua orang memiliki keterampilan ini, apabila seseorang tidak memiliki keterampilan ini maka ketika berbicara di depan orang banyak akan mengalami kesulitan dan dapat menyebabkan kecemasan berbicara di depan umum. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan antara efikasi diri dan berpikir positif dengan kecemasan berbicara di depan umum. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Fakultas Psikologi UMS angkatan 2019 dengan sampel penelitian 84 mahasiswa. Penentuan sampel menggunakan teknik random sampling. Metode dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan kecemasan berbicara di depan umum sebagai variabel dependen (Y) dan efikasi diri (X_1) serta berpikir positif (X_2) sebagai variabel independen. Pengumpulan data pada penelitian ini yaitu subjek mengisi angket skala kecemasan berbicara di depan umum dengan realibilitas $\alpha = 0,879$, skala efikasi diri $\alpha = 0,946$ dan skala berpikir positif $\alpha = 0,940$. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi berganda yang telah memenuhi uji normalitas dan linearitas. Hasil analisis untuk hipotesis minor dilihat dari nilai *pearson correlation* (r) untuk kecemasan berbicara di depan umum dan efikasi diri adalah (r) = -0,635 dan Sig (1-tailed) < 0,001 yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan dan hasil korelasi antara variabel kecemasan berbicara di depan umum dan berpikir positif adalah (r) = -0,741 dan Sig (1-tailed) < 0,001 yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan. Hipotesis mayor dapat dilihat dari tabel anova yakni F 50,238 dengan nilai df yaitu 81 dan Sig < 0,001 yang menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan, maka dapat disimpulkan hipotesis yang diajukan diterima. Sumbangan efektif variabel efikasi diri dan berpikir positif dalam mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum dapat dilihat dari tabel model summary bagian R Square dalam penelitian ini hasilnya adalah 55,4% dengan rincian efikasi diri sebesar 7,6% dan variabel berpikir positif sebesar 47,8% lalu sisanya 44,6 % dipengaruhi oleh variabel lainnya.

Kata kunci: Berpikir positif, efikasi diri, kecemasan berbicara di depan umum

Abstract

Skills or the ability to speak in public is very important for someone because it will be useful to improve public speaking and develop soft skills possessed, but not everyone has this skill, if someone does not have these skills then when speaking in front of the crowd will have difficulty and can cause public speaking anxiety. The purpose of this research is to find out whether there is a relationship between self-efficacy and positive thinking with public speaking anxiety. The population in this study were students of the Faculty of Psychology UMS class of 2019 with a sample of 84 students. Determination of the sample using random sampling techniques. The method in this study uses a

quantitative approach, with public speaking anxiety as the dependent variable (Y) and self-efficacy (X1) and positive thinking (X2) as the independent variable. Data collection in this study is that the subjects filled out the public speaking anxiety questionnaire with reliability $\alpha = 0.879$, self-efficacy scale $\alpha = 0.946$ and positive thinking scale $\alpha = 0.940$. Data analysis techniques using multiple regression analysis that has met the tests of normality and linearity. The results of the analysis for minor hypotheses are seen from the Pearson correlation value (r) for public speaking anxiety and self-efficacy are $(r) = -0,635$ and Sig (1-tailed) <0.001 which shows a very significant negative relationship and the results of the correlation between variable anxiety public speaking and positive thinking are $(r) = -0.741$ and Sig (1-tailed) <0.001 which indicates a very significant negative relationship. The major hypothesis can be seen from the ANOVA table that is F 50.238 with a df value of 81 and Sig <0.001 which shows a very significant relationship, it can be concluded that the proposed hypothesis is accepted. The effective contribution of self-efficacy variables and positive thinking in influencing public speaking anxiety can be seen from the R Square section summary table model in this study the results are 55.4% with self-efficacy details of 7.6% and positive thinking variables of 47.8 % then the remaining 44.6% is influenced by other variables.

Keyword: Positive thinking, self-efficacy, public speaking anxiety

1. PENDAHULUAN

Keterampilan atau kemampuan berbicara merupakan sesuatu hal yang sangat penting, berbicara juga merupakan suatu bentuk komunikasi untuk menyampaikan gagasan dan perasaan, menyetujui atau menolak argumen, dan saling bertukar pengalaman serta informasi. Komunikasi yang efektif sangat diperlukan untuk menyampaikan sesuatu kepada audiens yang akan membuat komunikasi tersebut menjadi berkualitas. Bentuk komunikasi dapat berupa diskusi, presentasi, ataupun kegiatan komunikasi sejenisnya. Menyampaikan pendapat di dalam organisasi maupun kelas merupakan salah satu bentuk kemampuan komunikasi yang sering dilakukan di perguruan tinggi.

Di kalangan mahasiswa, berani menyampaikan pendapat di depan orang banyak bertujuan untuk mengembangkan *soft skill* dan dapat meningkatkan *public speaking* dari mahasiswa itu sendiri. Namun sebagian mahasiswa menganggap hal tersebut merupakan suatu hal yang tidak mudah dilakukan, karena bagi mahasiswa yang tidak terbiasa berbicara di muka umum akan kesulitan untuk mengutarakan informasi yang akan disampaikan. Apabila seseorang tidak memiliki keterampilan ini akan berpengaruh pada kualitas diri ketika berbicara dengan orang banyak dan kurangnya kepercayaan pada dirinya, sehingga keterampilan ini sangat penting bagi seorang mahasiswa. Apabila mahasiswa juga merasakan jantung berdebar-debar dengan cepat dan

berkeringat ketika berbicara dengan orang banyak, kondisi tersebut merupakan suatu ciri mahasiswa merasakan kegelisahan ketika berbicara di muka umum. Kecemasan ini merupakan sesuatu yang terjadi secara alami dan hampir semua manusia pernah mengalaminya. Kecemasan berbicara di depan umum juga dirasakan oleh mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Peneliti melakukan survey awal dengan cara menyebarkan angket kepada 56 mahasiswa Psikologi UMS, 6 dari 10 butir pernyataan/aitem yang mengungkap kecemasan berbicara di depan umum.

2. METODE

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kecemasan berbicara di depan umum (Y) dan variabel independen adalah efikasi diri (X_1) dan berpikir positif (X_2). Efikasi diri yaitu penilaian yang dilakukan seseorang terhadap kemampuan dirinya sendiri untuk mencapai tujuan atau melakukan sesuatu dalam kondisi tertentu dengan berhasil. Variabel efikasi diri diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek dari Bandura (1997) yaitu tingkatan (*level*), keadaan umum (*generality*) dan kekuatan (*streght*).

Berpikir positif merupakan kemampuan seseorang untuk berusaha memfokuskan perhatian dan berfikir dengan hal-hal atau sisi positif saat memandang dan menghadapi situasi yang tengah di hadapinya. Variabel berpikir positif diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek dari Albrecht (1980) yaitu ungkapan positif yang terbagi menjadi 4 sub aspek antara lain afirmasi diri, harapan yang positif, penyesuaian terhadap kenyataan, dan pernyataan tidak menilai. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2019 yang berjumlah 333 mahasiswa. Menurut Arikunto (1983: 94), apabila jumlah sampel lebih dari 100 orang maka sampel penelitian dapat diambil 10-25% atau lebih. Berdasarkan pendapat tersebut peneliti mengambil 25% dari jumlah populasi yaitu $333 \text{ mahasiswa} \times 25\% = 83,25$ yang dibulatkan menjadi 84 mahasiswa. Jadi sampel dalam penelitian ini yaitu 84 mahasiswa Fakultas Psikologi UMS angkatan tahun 2019 dengan jenis kelamin 48 perempuan dan 36 laki-laki. Rentang usia responden yaitu 18-19 tahun. Pengambilan sampel ini dilakukan secara *cluster random sampling* dengan cara mengambil 12 mahasiswa pada setiap kelasnya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Berdasarkan hasil pada uji normalitas menggunakan *Kolmogorov Smirnov* pada variabel kecemasan berbicara di depan umum didapatkan nilai $> 0,05$ yakni 0,200 hal ini menandakan sebaran data normal. Hasil dari uji linearitas dapat dilihat pada *anova table* bagian *deviation from linearity*. Pada uji linearitas didapatkan nilai mean dengan total 47,17 dan Std. Deviaton dengan total 8,6373 . Hasil dari uji linearitas antara variabel kecemasan berbicara di depan umum dan efikasi diri didapatkan nilai yang $> 0,05$ yakni 0,090 yang menunjukkan variabel kecemasan berbicara di depan umum dan efikasi diri memiliki hubungan yang searah atau linear. Uji linearitas antara variabel kecemasan berbicara di depan umum dan berpikir positif didapatkan nilai yang $> 0,05$ yakni 0,522 yang menunjukkan bahwa variabel kecemasan berbicara di depan umum dan berpikir positif memiliki hubungan yang searah atau linear.

Berdasarkan uji asumsi yaitu uji normalitas dan uji linearitas telah terbukti normal dan linear, hal ini telah memenuhi syarat untuk melakukan teknik analisis regresi berganda. Berdasarkan pada tabel korelasi diperoleh hasil korelasi antara kecemasan berbicara di depan umum dan efikasi diri adalah $(r) = -0,635$ dan Sig (1-tailed) $p < 0,001$ yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara variabel kecemasan berbicara di depan umum dengan efikasi diri. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis minor peneliti diterima. Pada tabel korelasi diperoleh juga hasil korelasi antara variabel kecemasan berbicara di depan umum dan berpikir positif adalah $(r) = -0,741$ dan Sig (1-tailed) $p < 0,001$ yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecemasan berbicara di depan umum dengan berpikir positif. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis minor penelitian diterima. Kemudian untuk hipotesis mayor dapat dilihat dari tabel anova yakni F hitung 50,238 dengan nilai df sebesar 81 dan Sig $p < 0,001$ yang menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara variabel efikasi diri dan berpikir positif terhadap kecemasan berbicara di depan umum yang menunjukkan bahwa hipotesis mayor peneliti diterima.

Sumbangan efektif pada variabel efikasi diri dan berpikir positif dalam mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum dapat dilihat dari tabel model summary bagian R Square dalam penelitian ini hasilnya adalah 55,4%. Hasil tersebut

menunjukkan bahwa variabel efikasi diri mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum sebesar 7,6% dan variabel berpikir positif mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum sebesar 47,8% lalu sisanya 44,6 % dipengaruhi oleh variabel lainnya.

Berdasarkan pada hasil analisis, kategori dibedakan menjadi 5 yakni sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Diketahui pada variabel kecemasan berbicara di depan umum rerata empirik sebesar 3,01 dan rerata teoritik 3,25 dengan kategori paling besar yakni pada kategori sedang dengan jumlah 37%.

Variabel efikasi diri memiliki rerata empirik sebesar 2,95 dan rerata teoritik sebesar 3,48 dengan kategori paling besar yaitu pada kategori sedang dengan jumlah 36%.

Variabel berpikir positif dengan rerata empirik sebesar 3,02 dan rerata teoritik sebesar 3,42 dengan kategori paling besar yaitu pada kategori sedang dengan jumlah 33%.

3.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah diperoleh, terdapat korelasi antara kecemasan berbicara di depan umum dan efikasi diri dengan skor sebesar $(r) = -0,635$ dan Sig (1-tailed) $p < 0,001$ yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan. Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu oleh Wahyuni (2015) mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi, maka akan rendah tingkat kecemasan seseorang berbicara di depan umum. Selain itu teori lain menyatakan bahwa faktor individu yang sering muncul yaitu kurangnya rasa percaya diri pada seseorang pada kemampuan yang dia miliki (Yusuf 2019). Hal ini selaras dengan penelitian sebelumnya yang dipaparkan oleh Djayanti (2015) jika seseorang memiliki efikasi diri yang tinggi maka akan rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum dan begitu sebaliknya, jika seseorang memiliki efikasi diri yang rendah maka akan tinggi tingkat kecemasannya. Timbulnya ketidakyakinan pada diri seseorang akan menyebabkan adanya ketegangan dalam dirinya dan akan menimbulkan kecemasan.

Hasil analisis data selanjutnya yaitu hasil korelasi antara kecemasan berbicara di depan umum dan berpikir positif adalah $(r) = -0,741$ dan Sig (1-tailed) $p < 0,001$ yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecemasan berbicara di depan umum dengan berpikir positif. Hal ini sesuai dengan pernyataan yang dipaparkan oleh Opt dan Loffredo (2000) bahwa seseorang yang memiliki

pemikiran positif akan memandang segalanya dari segi yang baik, pekerja keras, mampu mengontrol emosinya ketika berkomunikasi dengan banyak orang merupakan sifat orang yang memiliki pemikiran positif. Seseorang yang memiliki pemikiran negatif lebih mengutamakan perasaannya, yang memungkinkan individu tersebut mudah stress dan mengungkapkan kecemasannya dikarenakan terlalu fokus dengan pendapat dirinya sendiri. Hal ini diperkuat oleh penelitian terdahulu Prakosa (2014) dimana data penelitiannya menyebutkan bahwa 12 siswa (40%) karena takut salah, 15 siswa (50%) karena tidak suka berbicara di depan orang banyak, dan 3 siswa (10%) takut berbeda dengan pendapat orang lain. Hasil tersebut menunjukkan pola berpikir (takut salah) merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum yang sesuai dengan pemaparan dari Tridinanti (2018) bahwa salah satu faktornya yaitu tantangan kognitif dalam bentuk perasaan takut tidak bisa berkomunikasi, takut gagal tes, takut membuat kesalahan, malu gagal di depan orang lain dan rendah diri.

Menurut pemaparan dari Yusuf (2019) apabila seseorang dapat melihat segala sesuatu dari sudut pandang yang positif maka semakin seseorang berfikir positif kepada orang lain, maka seseorang tersebut dapat berpikir positif dengan baik. Pemaparan tersebut dapat memperkuat penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Anggraini (2017) menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara berpikir positif dengan kecemasan komunikasi yang artinya semakin tinggi berpikir positif maka semakin rendah kecemasan komunikasi dan sebaliknya, semakin rendah berpikir positif maka semakin tinggi kecemasan komunikasi. Hal ini sesuai dengan hasil dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara berpikir positif terhadap kecemasan berbicara di depan umum.

4. PENUTUP

4.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang sudah dipaparkan peneliti menyimpulkan: Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum, ditunjukkan dengan hasil koefisien korelasi r sebesar -0,635 dengan $p < 0,001$, yang artinya semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki seseorang maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum dan sebaliknya. Efikasi diri yang rendah maka akan menyebabkan kecemasan berbicara di

depan umum pada mahasiswa. Ada hubungan yang negatif yang sangat signifikan antara berpikir positif dengan kecemasan berbicara di depan umum, ditunjukkan dengan hasil koefisien korelasi r sebesar $-0,741$ dengan $p < 0,001$, yang artinya semakin tinggi berpikir positif yang dimiliki seseorang maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum dan sebaliknya. Mahasiswa yang memiliki pemikiran positif yang kurang maka akan merasakan kecemasan ketika berbicara di depan umum. Ada hubungan yang sangat signifikan antara efikasi diri dan berpikir positif terhadap kecemasan berbicara di depan umum, ditunjukkan dengan hasil F sebesar $50,238$ dan nilai df sebesar 2 dengan $p < 0,001$, yang artinya semakin tinggi efikasi diri dan berpikir positif yang dimiliki seseorang maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum. Tingkat kecemasan berbicara di depan umum dialami oleh mahasiswa dimana paling banyak pada tingkat sedang yakni dengan persentase 37% . Tingkat efikasi diri paling banyak juga pada tingkat sedang dengan persentase 36% . Tingkat berpikir positif paling banyak pula pada tingkat sedang dengan persentase 33% . Variabel efikasi diri dan berpikir positif memiliki sumbangan efektif sebesar $55,4\%$ dengan rincian efikasi diri mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum sebesar $7,6\%$ dan berpikir positif mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum sebesar $47,8\%$, sedangkan $44,5\%$ dipengaruhi oleh variabel lainnya.

4.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti menyarankan hal-hal yang dirasa perlu untuk disampaikan antara lain: Untuk mahasiswa disarankan agar selalu meningkatkan kepercayaan diri terhadap kemampuan yang dimiliki dengan mengasah keahlian yang dimiliki seperti aktif mengikuti organisasi karena di dalam organisasi terdapat banyak kegiatan seperti membuat acara dengan melibatkan orang banyak atau masyarakat serta sering melakukan diskusi dan dituntut untuk aktif serta menyampaikan pendapat. Ketika akan melakukan presentasi mahasiswa dapat berlatih dan menguasai materi terlebih dahulu seperti berlatih presentasi di depan kaca dan selalu menerapkan pemikiran yang positif untuk mengurangi rasa cemas ketika berbicara di depan orang banyak. Menghadiri seminar atau mengikuti pelatihan mengenai public speaking sehingga mahasiswa dapat menerapkan materi seminar dan meningkatkan kepercayaan pada dirinya. Untuk peneliti selanjutnya yang ingin meneliti dengan tema yang sama supaya dapat memodifikasi skala agar aitemnya lebih mudah dipahami oleh responden dan tidak

terlalu banyak serta dapat meneliti variabel lain yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum. Untuk responden bisa lebih spesifik misalnya dibedakan dari jenis kelamin.

DAFTAR PUSTAKA

- Albrecht. (1999). *Berpikir positif Edisi Revisi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Albrecht, K. G. (1980). *Brain Power Learn to Improve Your Thinking Skill*. New Jersey : Prentice-Hall.inc.
- Anggraini, Y., Syaf, A., & Murni, A. (2017, Agustus). Hubungan Antara Berpikir Positif Dengan Kecemasan Komunikasi Pada Mahasiswa. *Psychopolytan (Jurnal Psikologi)*, 1 (1), 36.
- Arikunto, Suharsimi. (1993). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Bina Aksara.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas (4th ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar .
- Bandura, A. (1997). Self –efficacy : Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychology Review*.
- Bandura, (2001). *Theories of personality*. Cetakan ke-6. New York: Mc Graw Hill Companies, Inc.
- Baron, R.A and Byrne, P. (2000), *Social Psychology: Understanding Human Interaktion*. Allyn and Bacon Inc, Boston.
- Caprara, G.V., & Steca, P. (2006). The contributi of self-regulatory efficacy beliefs in managing affect and family relationships to positive thinking and hedonic balance. *Journal of Clinical and Social Psychology*, 25, 603-627.
- Dayakisni T. & Hudaniah. (2003). *Psikologi Sosial, Edisi Revisi*. Malang : Penerbitan Universitas Muhammadiyah Malang
- Djayanti, W., & Rahmatika, R. (2015, Juni). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswi. *Jurnal Psikogenesis*, 3 (2), 193.
- Ghozali, I. (2006). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hairunnisa. (2018). Pengaruh Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara Di Depan Kelas Pada Siswa Kelas X SMA NW Pancor Tahun Pelajaran 2018/2019. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 2 (2), 3.
- Hasrida, A., Ibrahim, M. M., & Muchlisah. (2016). Hubungan antara Self – Efficacy dengan Kecemasan Berbicara Mahasiswa pada Mata Kuliah Seminar Biologi Jurusan Pendidikan Biologi UIN Alauddin Makassar. *Jurnal Biotek*, 4 (2), 208.

- Hoye, G. V., Van Hooft, E. A., Stremersch, J., & Lievens, F. (2019). Specific Job Search Self-Efficacy Beliefs and Behaviors of Unemployed Ethnic Minority Women. *Wiley Journal International of Selection and Assesment*, 1 (1), 11.
- Khairunisa. (2019). Kecemasan Berbicara Di Depan Kelas Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Tunas Bangsa*, 6 (2), 219.
- Kao, P.-C., & Craigie, P. (2018). Second or Foreign Language Public Speaking Anxiety in Higher Education. *Journal of Social Sciences and Humanities*, Vol. 1, No. 1, 72.
- Opt, S. K. & Loffredo, D. A. (2000). Rethinking Communication Apprehension: A Myers-Briggs Perspective. *The Journal Psychology*, 134 (5), 556-570.
- Peale, N. V. (2001). *Berpikir Positive*. Jakarta: Bina Aksara Rupa
- Prakosa, B., & Partini. (2014). *Berpikir Positif Untuk Mengatasi Kecemasan Berbicara Di Depan Kelas* (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta). Diunduh dari http://eprints.ums.ac.id/30751/13/02_Naskah_Publikasi.pdf
- Rogers, N. (2008). *Berani Bicara di Depan Publik, Edisi Revisi*. Bandung :Penerbit Nuansa.
- Situmorang, N. Z. (2019). The Correlation of Self Efficacy and Peer Support Towards Anxiety Preceding Final Examinations Faced by 9th Graders in Yogyakarta. *Humanities & Social Siences Reviews*, 7 (3), 172. doi.org/10.18510/hssr.2019.7326
- Tridinanti, G. (2018). The Correlation between Speaking Anxiety, Self-Confidence, and Speaking Achievement of Undergraduate EFL Students of Private University in Palembang. *International Journal of Education & Literacy Studies*, 6 (4), 36, 38.
- Ubaedy, A. N. (2008). *Kedahsyatan Berpikir Positif*. Jakarta: PT. VISI Gagasan Komunika.
- ‘Ula, Fikriyatul Inas (2017). Hubungan Berpikir Positif dan Komparasi Sosial dengan Ketidakpuasan Citra Tubuh pada Mahasiswi (Skripsi Jurusan Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta). Diunduh dari <http://v2.eprints.ums.ac.id/archive/etd/53443/5/5>
- Wahyuni, E. (2015, Juni). Hubungan Self-Effecacy dan Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum. *Jurnal Komunikasi Islam*, 5 (1), 76.
- Wati, Rika Mita (2015). Hubungan antara Konsep Diri dengan Kecemasaan saat Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta (Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta). Diunduh dari <http://v2.eprints.ums.ac.id/archive/etd/38897/13/3>
- Yusuf, Y. (2019). Problematik Guru Bahasa Indonesia Berkomunikasi Secara Efektif, Empatik, Dan Santun Dengan Peserta Didik. *Jurnal Tinta*, 1 (1), 75