

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kampus UIN Maulana Malik Ibrahim (MMI) Malang sebagai kampus berbasis Islam menerapkan beberapa kebijakan yang ditujukan untuk mencetak lulusan yang tidak saja mumpuni dalam sendi keilmuan, namun juga mempunyai kedalaman spiritual dan keluhuran akhlak. Sebagaimana visi UIN Maulana Malik Ibrahim (MMI) Malang untuk menjadi Universitas Islam terkemuka dalam penyelenggaraan pendidikan, pengajaran, dan penelitian, serta pengabdian kepada masyarakat (uin-malang.co.id).

Berdasarkan hal tersebut di atas menuntut fungsi perguruan tinggi untuk mencetak sumber daya manusia yang mampu tampil di tengah-tengah masyarakat. Mencetak sarjana yang mempunyai kapasitas kepemimpinan dan mediasi yang bagus. Terlebih bagi mahasiswa calon tenaga pendidik yang harus menyesuaikan diri dengan tuntutan dunia pendidikan yang semakin maju, dari sisi keilmuan maupun metodologi pengajaran. Oleh karena itu penting bagi UIN untuk segera mencetak lulusan-lulusan yang profesional dalam bidang pendidikan.

Kualitas tenaga pendidik harus sejak dini dibentuk dalam bangku perkuliahan. Dari berbagai pemahaman teoritik yang komprehensif tentang apa itu tenaga pendidik, hingga program-program aplikatif proses pengajaran harus diberikan kepada mahasiswa jurusan ilmu keguruan dan pendidikan.

Disinilah mahasiswa memerlukan suatu metode pendidikan yang berkualitas di perguruan tinggi, karena ia yang akan terjun di masyarakat dan khususnya untuk mengajar di sekolah secara profesional.

Namun dalam mencetak tenaga pendidik yang kompeten untuk menciptakan dunia pendidikan yang berkualitas tidaklah mudah. Banyak aspek yang menjadi kendala bagi mahasiswa calon pendidik untuk menjadi profesional. Saepudin (2001:1) dalam penelitiannya menemukan lima kategori permasalahan menonjol yang sering dihadapi mahasiswa, dan salah satunya aspek rendah diri atau kurang percaya diri dan aspek kecerobohan atau kekuranghati-hatian. Dan salah satu aspek kurang percaya diri bisa muncul dalam bentuk kecemasan berbicara di depan umum.

Berbicara di depan umum tidak bisa berjalan dengan baik bila dalam diri seorang individu ada rasa cemas untuk tampil di depan umum. Di Indonesia kecemasan berbicara di depan umum telah banyak diteliti. Deltari Novitasari (2007) telah meneliti kecemasan berbicara pada 99 mahasiswa dakwah Universitas Islam Negeri Jakarta, dan diperoleh data mereka mengalami kecemasan berbicara di depan umum dalam tahap sedang.

Kenyataan memang menunjukkan bahwa banyak mahasiswa yang kurang memiliki kemampuan untuk berbicara di depan umum. Terbukti, banyak mahasiswa yang datang ke sub unit Layanan Bimbingan Konseling dengan keluhan takut berbicara di depan umum (Nursalim dkk, 2004: 2). Kenyataan ini diperkuat oleh hasil penelitian Laksmiwati tahun 2000 yang menemukan bahwa salah satu jenis kecemasan yang banyak diderita oleh

mahasiswa FIP Unesa adalah kecemasan berbicara di muka umum (Nursalim dkk, 2004: 2).

Elliot dkk (Anwar, 2009:1) menyatakan bahwa mahasiswa sering mengalami kecemasan saat akan menghadapi ujian ataupun pada saat harus berbicara di depan orang banyak, dan kecemasan tersebut akan mempengaruhi performansinya.

Kecemasan berbicara di depan umum tidak hanya terjadi di negara berkembang seperti Indonesia, tetapi juga menjadi salah satu ketakutan terbesar yang dialami oleh warga negara maju Amerika. Motley (Anwar, 2009: 3) juga menyatakan sekitar 85% dari kita mengalami kecemasan yang tidak menyenangkan berkenaan dengan berbicara di depan umum tersebut. Pada 15% sampai 20% mahasiswa Amerika, ketakutan ini melemahkan dan sangat mengganggu pekerjaan individu.

Flax (Anwar, 2009: 4) pun menyatakan sebuah hasil penelitian bahwa, masyarakat Amerika menggolongkan berbicara di depan umum sebagai ketakutan terbesar mereka. Tilton (Anwar, 2009: 4), menyatakan pula bahwa dalam kenyataan yang ada, banyak individu yang menyatakan lebih takut untuk berbicara di depan umum dibanding ketakutan lainnya seperti kesulitan ekonomi, menderita suatu penyakit bahkan ketakutan terhadap kematian.

Kecemasan berbicara di depan umum adalah keadaan takut atau cemas pada saat membayangkan atau situasi nyata berbicara di depan umum. Individu yang mengalami kecemasan akan merasakan adanya perubahan psikis dan psikologis.

Nevid dkk (Dewi & Andrianto, 2007: 19) menyatakan kecemasan biasanya ditandai dengan gejala fisik dan gejala psikologis. Termasuk dalam gejala fisik yaitu : tangan berkeringat, jantung berdetak lebih cepat, dan kaki gemetaran. Dewi & Andrianto (2007: 22) menambahkan yang termasuk gejala psikologis adalah takut akan melakukan kesalahan, tingkah laku yang tidak tenang dan tidak dapat berkonsentrasi dengan baik.

Ketika merasa cemas ataupun ketika dihadapkan dengan situasi-situasi yang menekan, individu akan mengalami gejala-gejala fisik maupun psikologis. Nevid dkk (2002: 19) menyatakan bahwa kecemasan berbicara di depan umum biasanya ditandai dengan gejala fisik seperti tangan berkeringat, jantung berdetak lebih cepat dan kaki gemetaran.

Disamping itu, kecemasan berbicara di depan umum juga ditandai dengan adanya gejala-gejala psikologis, seperti takut akan melakukan kesalahan, tingkah laku yang tidak tenang dan tidak dapat berkonsentrasi dengan baik (Matindas, 2003: tanpa hal). Individu yang merasa cemas baik psikis maupun biologis, dalam dirinya akan terjadi gangguan antisipasi atau harapan pada masa yang akan datang. Keadaan ini ditandai dengan adanya rasa khawatir, gelisah dan perasaan akan terjadi sesuatu hal yang tidak menyenangkan dan individu menjadi tidak mampu menemukan penyelesaian terhadap masalahnya (Hurlock, 1997. 112)

Kecemasan berbicara di depan umum yang terjadi pada individu disebabkan oleh banyak hal. Menurut Geist (Anwar, 2009: 5) kecemasan tersebut dapat bersumber dari berbagai hal seperti tuntutan sosial yang

berlebihan dan tidak mau atau tidak mampu dipenuhi oleh individu yang bersangkutan, standart prestasi individu yang terlalu tinggi dengan kemampuan yang dimilikinya sebagai kekurangsiapan untuk menghadapi situasi yang ada, pola berpikir dan persepsi negatif terhadap situasi atau diri sendiri.

Roger (2001) menyatakan bahwa pola pikir yang keliru adalah penyebab terjadinya kecemasan berbicara di depan umum, Rahayu dkk (2004) menambahkan bahwa kecemasan tersebut bukanlah disebabkan oleh ketidakmampuan individu, tetapi adanya pikiran-pikiran negatif dan tidak rasional. Sedangkan menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Opt dan Loffredo (2000: 13) kecemasan berbicara di depan umum pertama disebabkan oleh karakter individu, individu yang *introvert* tidak banyak melakukan komunikasi sehingga kemungkinan kecemasan berbicara di depan umum lebih tinggi daripada yang *ekstrovert*, kedua adalah cara pandang individu, individu yang melihat sesuatu dengan *sensors* akan menghasilkan kecemasan ketika berbicara di depan umum dan faktor ketiga adalah pola pikir, pola pikir yang negatif akan lebih mudah menimbulkan stres dan mengekspresikan kecemasan.

Mahasiswa dan mahasiswi dengan latar belakang gender yang berbeda tentu sangat berpengaruh terhadap kemampuan mereka mengelola kadar emosional dalam berinteraksi. Berdasarkan penelitian James dan Cattell (Anwar. 2009: 7) menunjukkan bahwa secara umum wanita lebih tinggi tingkat kecemasannya dibandingkan pria.

Penanganan kecemasan antara satu individu dengan individu lainnya dapat berbeda tergantung penilaian pribadi individu terhadap kemampuan yang dimilikinya yang disebut dengan *self efficacy* (Safarino, 1994).

Bandura (1997:7) mendefinisikan *self efficacy* sebagai keyakinan individu bahwa ia dapat menguasai situasi dan memperoleh hasil yang positif. Penilaian seseorang terhadap *self efficacy* memainkan peranan besar dalam hal bagaimana seseorang melakukan pendekatan terhadap berbagai sasaran, tugas dan tantangan

Ketika menghadapi tugas yang menekan, dalam hal ini berbicara di depan umum, keyakinan individu terhadap kemampuan mereka (*self efficacy*) akan mempengaruhi cara individu dalam bereaksi terhadap situasi yang menekan (Bandura, 1997: 79). Menurut Prakosa (Anwar, 2009: 6) keyakinan ini akan mengarahkan kepada pemilihan tindakan, pengerahan usaha serta keuletan individu. Keyakinan yang disadari oleh batas-batas kemampuan yang dirasakan akan menuntut kita berperilaku secara mantap dan efektif

Lebih lanjut, Bandura (1997: 72) menyatakan bahwa *self efficacy* berguna untuk melatih kontrol terhadap *stressor*, yang berperan penting dalam keterbangkitan kecemasan. Individu yang percaya bahwa mereka mampu melakukan kontrol terhadap ancaman tidak mampu mengalami keterbangkitan kecemasan yang tinggi. Sebaliknya mereka yang percaya bahwa mereka tidak mengatur ancaman mengalami keterbangkitan kecemasan yang tinggi.

Pendapat yang sama dikemukakan oleh Feist dan Feist (Anwar, 2009: 7), bahwa ketika seseorang mengalami ketakutan yang tinggi, kecemasan yang akut atau tingkat stres yang tinggi, maka biasanya mereka mempunyai *self efficacy* yang rendah. Sementara mereka yang mempunyai *self efficacy* yang tinggi merasa mampu dan yakin terhadap kesuksesan dalam mengatasi rintangan dan menganggap ancaman sebagai suatu tantangan yang tidak perlu dihindari.

Feist dan Feist dalam (Anwar, 2009: 7) mengatakan bahwa ketika seseorang mengalami ketakutan yang tinggi, kecemasan yang akut atau tingkat stres yang tinggi, maka biasanya mereka mempunyai *self efficacy* yang rendah. Sementara mereka yang memiliki *self efficacy* yang tinggi merasa mampu dan yakin terhadap kesuksesan dalam mengatasi rintangan dan menganggap ancaman sebagai suatu tantangan yang tidak perlu dihindari. Dengan kata lain, semakin tinggi *self efficacy* seseorang, maka tingkat kecemasan ketika berbicara di depan umum semakin rendah, begitu pula sebaliknya

Ada banyak faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya *self efficacy*. Greenberg dan Baron (Maryati, 2008: 51) menyatakan faktor pengalaman langsung dan pengalaman tidak langsung, begitupun Bandura (1997: 79) menyatakan hal yang sama, *self efficacy* dipengaruhi oleh adanya penguasaan pengalaman atau pencapaian prestasi, seseorang yang pernah mengalami keberhasilan dimasa lalu maka dapat meningkatkan *self efficacy*-nya. Selain itu bagaimana ia belajar dari pengalaman orang lain, bujukan

lisan, baik dilakukan secara saran, nasehat atau bimbingan, dan kondisi emosional karena dapat berdampak pada bagaimana seseorang merasa tentang kemampuan pribadi mereka dalam situasi tertentu.

Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan pada mahasiswa jurusan Pendidikan Agama Islam (PAI), didapatkan data bahwa mahasiswa kesehariannya dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran di kelas yang menuntut berbicara di depan banyak orang, seperti mengemukakan pendapat di depan kelas atau melakukan presentasi masih sering mengalami kecemasan, yang dirasakan para mahasiswa ketika melakukan presentasi adalah perasaan grogi, jantung berdetak kencang, muncul keringat dingin di tangan, kaki bergetar terutama jika presentasi dengan berdiri, kata-kata yang telah disusun rapi untuk diutarakan banyak lupa untuk disampaikan, bingung dengan apa yang akan diucapkan sehingga sering mengulang kalimat. Menurut mahasiswa presentasi merupakan salah satu pekerjaan yang membuat cemas, jika diminta untuk memilih antara mengerjakan soal dalam jumlah besar, maka hal tersebut akan menjadi pilihan dibandingkan dengan melakukan presentasi.

Sedangkan dalam wawancara subyek penelitian menunjukkan *self efficacy* yang bagus, hal ini ditunjukkan dengan keyakinan diri subyek bisa melakukan presentasi dengan baik, bahkan optimis mampu menyelesaikan tugas sesuai dengan targetnya, dan yakin bisa menemukan solusi dalam setiap masalah yang muncul, seperti pertanyaan-pertanyaan mahasiswa yang kadang hanya untuk mengetes kemampuannya, selain itu subyek juga yakin mampu

mengontrol emosi ketika sedang berbicara di depan umum dan memiliki kreatifitas melakukan penyesuaian diri (improvisasi) terhadap situasi yang terjadi di luar perkiraan dan perhitungan subyek.

Namun, dari hasil wawancara peneliti menunjukkan hasil yang berbeda, bahwa tingkat *self efficacy* tinggi subyek penelitian tidak selalu berbanding lurus dengan kenyataan di lapangan ketika subyek berbicara di depan umum. Subyek penelitian menyatakan ketidakpuasan terhadap performa diri sendiri ketika berbicara di hadapan orang banyak. Salah satunya adalah subyek penelitian merasa kesulitan mengeksplorasi ide, gagasan, ataupun bahan untuk disampaikan, padahal sebelumnya subyek penelitian merasa telah menguasai materi.

Selanjutnya yang juga mengemuka dalam hasil wawancara adalah subyek penelitian tidak sepenuhnya mampu melakukan analisa terhadap audiens atau komunikan yang mempunyai karakter beragam. Kondisi ini menjadi hambatan tersendiri bagi subyek untuk mengendalikan proses presentasi meskipun sebelumnya subyek mempunyai keyakinan tinggi mampu melaksanakan tugas dan peran berbicara di depan umum.

Sehingga bisa diambil kesimpulan bahwa mahasiswa dengan *self efficacy* tinggi masih memiliki kecemasan berbicara di depan umum yang tinggi pula. Pengalaman dan penguasaan materi tidak secara otomatis menundukkan kecemasannya untuk berbicara di depan umum. Menurut ketiga penulis dalam bukunya, Alexander Sriwijono, Becky Tumewu, dan Erwin Parengkuan menekankan terhadap 3 poin yang penting dan harus ada

ketika seseorang ingin sukses bicara di depan umum. Sebanyak tiga poin yang disampaikan adalah; Kekuatan Mental, Ketepatan Kata, dan Totalitas Bahasa Tubuh. Ketika sudah merasa takut untuk bicara di depan umum, ketiga pilar tersebut pasti jadi hancur. Ketika seseorang bisa mengalahkan rasa takut, keadaan akan lebih lancar. Diperlukan ketiganya untuk bisa menelaraskan dan menyeimbangkan suasana.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: “Hubungan *Self Efficacy* Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum, Studi Pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Agama Islam UIN MMI Malang”.

B. Rumusan Masalah

Bertolak dari latar belakang penelitian tersebut, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian

1. Bagaimana tingkat *self efficacy* mahasiswa PAI UIN MMI Malang?
2. Bagaimana tingkat kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa PAI UIN MMI Malang?
3. Apakah ada hubungan *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa PAI UIN MMI Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat *self efficacy* mahasiswa PAI UIN MMI Malang
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa PAI UIN MMI Malang

3. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa PAI UIN MMI Malang

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberi manfaat untuk kepentingan teoritis dan praktis. Secara teoritis penelitian ini dapat menambah khasanah keilmuan, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan mengenai hubungan *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa semester enam jurusan PAI UIN MMI Malang.

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk dijadikan:

1. Informasi bagi pihak fakultas UIN MMI terutama jurusan PAI dalam upaya meningkatkan, mengembangkan kualitas mahasiswanya.
2. Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi atau rujukan untuk meningkatkan keberanian berbicara di depan umum, terutama bagi mahasiswa jurusan PAI.
3. Hasil penelitian ini dapat digunakan bahan evaluasi semua pihak, terutama bagi pihak fakultas dan para dosen dalam peranannya yang sangat menentukan keberhasilan mahasiswa menjadi pendidik yang berkualitas.