

**PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP KECEMASAN
BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA
PROGRAM KHUSUS PENGEMBANGAN BAHASA ARAB
FAKULTAS PSIKOLOGI TAHUN AJARAN 2021/2022
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI



Oleh

Ramadhan Dicky Kurniawan

NIM. 18410038

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2022**

**PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP KECEMASAN
BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA
PROGRAM KHUSUS PENGEMBANGAN BAHASA ARAB
FAKULTAS PSIKOLOGI TAHUN AJARAN 2021/2022
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri

Maulana Malik Ibrahim Malang

Untuk memenuhi salah satu persyaratan

Dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh

Ramadhan Dicky Kurniawan

NIM. 18410038

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2022

**PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP KECEMASAN
BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA
PROGRAM KHUSUS PENGEMBANGAN BAHASA ARAB
FAKULTAS PSIKOLOGI TAHUN AJARAN 2021/2022
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Oleh

Ramadhan Dicky Kurniawan

NIM. 18410038

Telah Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing

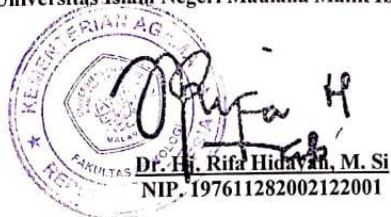


Aprilia Mega Rosdiana, M. Si
NIP. 199004102020122004

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Hj. Rifa Hidayat, M. Si
NIP. 197611282002122001

III

SKRIPSI

PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP KECEMASAN
BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA
PROGRAM KHUSUS PENGEMBANGAN BAHASA ARAB
FAKULTAS PSIKOLOGI TAHUN AJARAN 2021/2022
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal, ...3 Juni... 2022

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing



Aprilia Mega Rosdiana, M.Si
NIP. 199004102020122004

Penguji Utama



Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si
NIP. 197605122003121002

Anggota Penguji



Rika Fu'aturosida, S.Psi., MA
NIP. 198330429201608122038

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal, ...21 Juni... 2022

Mengesahkan
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. H. Rifa Hidayah, M.Si
NIP. 197611282002122001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ramadhan Dicky Kurniawan
NIM : 18410038
Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa penelitian yang berjudul “Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi Tahun Ajaran 2021/ 2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang” merupakan benar benar hasil sendiri, baik sebagian maupun secara keseluruhan, terkecuali dalam bentuk kutipan yang sudah disebutkan sumbernya. Apabila di kemudian hari terdapat klaim dari pihak lain sudah bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan Pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini peneliti buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar peneliti siap dan bersedia menerima sanksi akademik.

Malang, 26 April 2022

Peneliti,



Ramadhan Dicky Kurniawan

NIM. 18410038

V

MOTTO

“Orang yang terlalu memikirkan akibat dari sesuatu keputusan atau tindakan,
sampai kapan pun dia tidak akan menjadi orang berani”

-Ali bin Abi Thalib-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillah walhamdulillah, sebuah tugas akhir yang merupakan sebuah karya dalam bentuk penelitian, saya persembahkan kepada setiap orang yang telah memberikan cinta dan kasih bagi saya, diantaranya:

1. Ayah saya Suyani, yang telah mendidik saya, memberikan saya sebuah pengalaman hidup, dukungan baik motivasi dan materi serta do'a yang telah diberikan, sehingga saya mampu untuk menyelesaikan tugas akhir ini dengan lancar.
2. Ibu saya Ratna Kartika Sari, S.P, yang telah mendidik saya, memberikan saya sebuah pengalaman hidup, dukungan baik motivasi dan materi serta do'a yang telah diberikan, sehingga saya mampu untuk menyelesaikan tugas akhir ini dengan lancar.
3. Saudara saya, Yana Fajar Prakasa, S.Pd., M. Si, yang selalu menemani saya, memberi saya nasehat, motivasi dan doa nya kepada saya
4. Saudara dan sanak keluarga lainnya yang selalu memberikan tempat untuk saya berkeluh kesah dan meminta sebuah pertolongan dalam bentuk apapun.
5. Sahabat dan teman seperjuangan saya yang selalu memberikan semangat bagi saya dalam menjalankan proses perkuliahan dan tugas akhir.
6. Saudara saudara Persaudaraan Setia Hati Terate Rayon SMAGA dan Komisariat UIN Maliki Malang serta teman teman Asisten Laboratorium Psikodiagnostik Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang yang telah memberikan saya pengetahuan, dan pengalaman

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang sudah melimpahkan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya, sehingga peneliti mampu menyelesaikan penelitian skripsi yang berjudul Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi Tahun Ajaran 2021/ 2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Sholawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW sehingga kita selalu memperoleh syafaat dari beliau. Terdapat beberapa pihak yang telah ikut berpartisipasi membantu peneliti sehingga tugas akhir dalam bentuk penelitian ini dapat terselesaikan. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, Ma, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si. Psi, selaku dosen wali akademik yang selalu memberikan informasi, masukan dan pengarahan dalam segala aktivitas akademik di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Ibu Aprilia Mega Rosdiana, M.Si, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, pengetahuan dan motivasi selama pengerjaan skripsi.
5. Segenap Civitas Akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sudah memberikan informasi, bimbingan dan bekal pengetahuan selama kegiatan perkuliahan.
6. Kepala, dan Segenap Civitas Akademika Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
7. Keluarga saya, Ayah saya Suyani, Ibu saya Ratna Kartika Sari, S.P., dan Saudara saya Yana Fajar Prakasa, S.Pd., M.Si yang telah memberikan dukungan

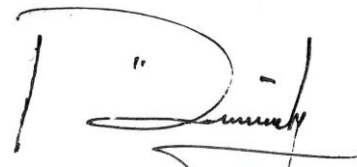
do'a, motivasi, materi dan lain lain, sehingga saya mampu untuk mengerjakan tugas akhir ini dengan lancar.

8. Sahabat sahabat saya, Muh. Rizqi Aufaqi Akrom, Wahyu Dwi Firdana, Miftahul Huda, dan Moh. Ridho Maftuchan yang telah menemani saya, dan mensupport saya selama proses perkuliahan.
9. Teman Teman Asisten Laboratorium Psikodiagnostik Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan motivasi, pengetahuan dan pengalaman
10. Semua pihak yang terlibat yang telah memberikan support, motivasi, kontribusi dan semua bantuan lainnya selama pengerjaan skripsi.

Semoga segala kebaikan yang telah diberikan, dalam bentuk kesehatan, kenikmatan iman dan rezeki kepada semua pihak yang terlibat dalam proses penyelesaian tugas akhir skripsi ini. Peneliti menyadari bahwa skripsi yang telah dibuat ini, masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu, peneliti mengharapkan saran dan kritik yang bersifat positif dengan tujuan untuk kebaikan tugas akhir penelitian yang dilakukan

Malang, 26 April 2022

Peneliti,



Ramadhan Dicky Kurniawan

DAFTAR ISI

| | |
|---|-----------|
| HALAMAN JUDUL..... | II |
| HALAMAN PERSETUJUAN..... | III |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | IV |
| SURAT PERNYATAAN..... | V |
| MOTTO..... | VI |
| HALAMAN PERSEMBAHAN..... | VII |
| KATA PENGANTAR..... | VIII |
| DAFTAR ISI..... | X |
| DAFTAR TABEL..... | XII |
| DAFTAR GAMBAR..... | XII |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | XIII |
| ABSTRAK..... | XIV |
| BAB I : PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah..... | 8 |
| C. Tujuan Penelitian..... | 8 |
| D. Manfaat Penelitian..... | 9 |
| BAB II : KAJIAN TEORI..... | 10 |
| A. Kecemasan Berbicara di Depan Umum..... | 10 |
| 1. Pengertian Kecemasan Berbicara di Depan Umum..... | 10 |
| 2. Aspek | 12 |
| 3. Faktor Faktor..... | 14 |
| 4. Perspektif Islam..... | 16 |
| B. Efikasi Diri..... | 17 |
| 1. Pengertian Efikasi Diri..... | 17 |
| 2. Aspek..... | 18 |
| 3. Faktor Faktor..... | 20 |
| 4. Sumber Efikasi Diri..... | 22 |
| 5. Perspektif Islam..... | 24 |
| C. Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa..... | 26 |
| D. Hipotesis..... | 27 |

| | |
|---|-----------|
| BAB III : METODE PENELITIAN..... | 28 |
| A. Rancangan Penelitian..... | 28 |
| B. Identifikasi Variabel Penelitian..... | 28 |
| C. Definisi Operasional..... | 29 |
| D. Subjek Penelitian..... | 30 |
| E. Teknik Pengumpulan Data..... | 31 |
| F. Validitas dan Reliabilitas..... | 35 |
| G. Analisis Data..... | 40 |
| BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN..... | 44 |
| A. Gambaran Umum Subjek Penelitian..... | 44 |
| B. Pelaksanaan Penelitian..... | 46 |
| C. Hasil Penelitian..... | 47 |
| D. Pembahasan..... | 58 |
| BAB V : PENUTUP | |
| A. Kesimpulan..... | 66 |
| B. Saran..... | 67 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 69 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 3.1 Skor Skala <i>Likert</i> | 50 |
| Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala <i>General Self Efficacy</i> (GSE)..... | 51 |
| Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum..... | 52 |
| Tabel 3.4 Hasil Uji Coba <i>General Self-Efficacy Scale</i> | 54 |
| Tabel 3.5 Hasil Uji Coba Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum..... | 55 |
| Tabel 3.6 Klasifikasi Nilai Reliabilitas..... | 57 |
| Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas..... | 57 |
| Tabel 3.8 Kategorisasi Data..... | 60 |
| | |
| Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas..... | 66 |
| Tabel 4.2 Uji Linieritas..... | 67 |
| Tabel 4.3 Frekuensi Sampel Berdasarkan Asal Sekolah..... | 68 |
| Tabel 4.4 Frekuensi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin..... | 69 |
| Tabel 4.5 Frekuensi Sampel Berdasarkan Usia..... | 69 |
| Tabel 4.6 Skor Hipotetik..... | 70 |
| Tabel 4.7 Norma Kategorisasi..... | 71 |
| Tabel 4.8 Kategorisasi Kecemasan Berbicara di Depan Umum..... | 72 |
| Tabel 4.9 Kategorisasi Efikasi Diri..... | 73 |
| Tabel 4.10 Nilai Uji – T..... | 74 |
| Tabel 4.11 Nilai R-Square..... | 74 |
| Tabel 4.12 Koefisien..... | 75 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 3.1 Pengaruh Variabel Penelitian..... | 47 |
| Gambar 4.1 Histogram..... | 67 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|-----|
| Lampiran 1 Hasil Uji Coba Skala Efikasi Diri..... | 89 |
| Lampiran 2 Hasil Uji Coba Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum..... | 90 |
| Lampiran 3 Hasil Uji Normalitas..... | 92 |
| Lampiran 4 Hasil Uji Hipotesis..... | 92 |
| Lampiran 5 Hasil Angket Efikasi Diri..... | 93 |
| Lampiran 6 Hasil Angket Kecemasan Berbicara di Depan Umum..... | 95 |
| Lampiran 7 Identitas Subjek Penelitian | 99 |
| Lampiran 8 Surat Izin Penelitian..... | 101 |

ABSTRAK

Kurniawan, Ramadhan Dicky. 18410038. Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi Tahun Ajaran 2021/ 2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi. Jurusan Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Dosen Pembimbing: Aprilia Mega Rosdiana, M.Si

Permasalahan yang terdapat dalam penelitian ini yakni, terkait tingkat efikasi diri dan kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Tahun Ajaran 2021/ 2022, dan adakah pengaruh yang diberikan oleh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa tersebut. Sehingga tujuan dalam penelitian ini adalah untuk membuktikan terkait pengaruh yang diberikan oleh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi Tahun Ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan penskalaan *likert*. Populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswa PKPBA Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/ 2022 dengan jumlah 258 mahasiswa. Kemudian diambil sampel dengan teknik *random sampling* dan menggunakan rumus *slovin* sehingga mendapatkan 71 mahasiswa. Di Dalam penelitian ini menggunakan Skala efikasi diri yang untuk mengukur tingkat efikasi diri menggunakan *general self efficacy scale* yang aspeknya berdasarkan apa yang dikemukakan oleh Bandura (1997) dan skala kecemasan berbicara di depan umum menggunakan skala yang aspeknya berdasarkan apa yang dikemukakan oleh Rogers (2008).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, mahasiswa PKPBA Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki tingkat kecemasan berbicara di depan umum sedang menuju tinggi dan juga memiliki tingkat efikasi diri yang sedang menuju rendah. Sumbangan efektif yang diberikan efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum sebesar 67.7% dengan pengaruh yang diberikan sebesar -0.823 sehingga semakin tinggi tingkat efikasi diri pada mahasiswa maka semakin rendah tingkatan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa.

Kata Kunci: Kecemasan Berbicara di Depan Umum, Efikasi Diri

ABSTRACT

Kurniawan, Ramadhan Dicky. 18410038. The Effect of Self-Efficacy on Public Speaking Anxiety in Students of the Arabic Language Development Special Program Faculty of Psychology 2021/ 2022 Academic Year Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang. Department of Psychology. Faculty of Psychology. Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang.

Academic Supervisor: Aprilia Mega Rosdiana, M.Si.

The problems contained in this study are related to the level of self-efficacy and public speaking anxiety for students of the special program for Arabic language development for the academic year of 2021/ 2022, and is there any effect that self-efficacy has on public speaking anxiety in these students. So the purpose of this study is to prove the effect that self-efficacy has on public speaking anxiety in students of the special program for Arabic language development, faculty of psychology academic year 2021/ 2022 Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang.

The research method used in this research is to use a quantitative approach with data collection techniques using Likert scale. The population in this study were PKPBA students of the faculty of psychology for the academic year 2021/ 2022 with a total 258 students. Then the sample was taken using random sampling technique and using the slovin formula to get 71 students. In this study, the self-efficacy scale is used to measure the level of self-efficacy using a general self-efficacy scale whose aspects are based on what was stated by Bandura (1997) and a scale of public speaking anxiety using a scale whose aspects are based on what was stated by Roger (2008).

The results showed that self-efficacy had a significant negative effect on public speaking anxiety. Based on the results of research conducted, PKPBA students of the Faculty of Psychology for the 2021/2022 academic year, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University Malang, have a moderate to high level of public speaking anxiety and also a low level of self-efficacy. The effective contribution given by self-efficacy to public speaking anxiety is 67.7% with an effect of -0.823 so that the higher the level of self-efficacy in students, the lower the level of anxiety in public speaking in students

Keywords: *Public Speaking Anxiety, Self-Efficacy*

تجريدي

أثر الاكتفاء الذاتي في قلق التحدث أمام الجمهور لدى طلاب 18410038. كورنيوان ، رمضان ديكي برنامج تطوير اللغة العربية الخاص بكلية علم النفس ، 2022/2021 العام الدراسي ، مولانا مالك إبراهيم الدولة الإسلامية جامعة مالانج. مقال. قسم علم النفس. كلية علم النفس. جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج

المنسق: ابريليا ميجا روزديانا ، م سي

ترتبط المشكلات الواردة في هذه الدراسة بمستوى الكفاءة الذاتية والقلق من التحدث أمام الجمهور لدى طلبة البرنامج الخاص لتطوير اللغة العربية للعام الدراسي 2022/2021 ، وهل هناك أي تأثير للكفاءة الذاتية على الجمهور. قلق التحدث عند هؤلاء الطلاب. لذا فإن الغرض من هذه الدراسة هو إثبات تأثير الكفاءة الذاتية على قلق التحدث أمام الجمهور لدى طلاب البرنامج الخاص لتنمية اللغة العربية ، كلية علم النفس ، العام الدراسي 2022/2021 ، جامعة الولاية الإسلامية مولانا مالك إبراهيم مالانج

طريقة البحث المستخدمة في هذا البحث هي استخدام نهج كمي مع تقنيات جمع البيانات باستخدام في كلية علم النفس للعام الدراسي PKPBA مقياس ليكرت. كان المجتمع في هذه الدراسة من طلاب 2022/2021 بإجمالي 258 طالبًا. تم أخذ العينة بطريقة أخذ العينات العشوائية واستخدام معادلة للحصول على 71 طالب وطالبة. في هذه الدراسة ، يتم استخدام مقياس الكفاءة الذاتية لقياس مستوى الكفاءة الذاتية باستخدام مقياس الكفاءة الذاتية العام الذي تستند جوانبه إلى ما ذكره باندورا ومقياس قلق التحدث أمام الجمهور باستخدام مقياس الجوانب تستند إلى ما ذكره روجرز

أظهرت النتائج أن الكفاءة الذاتية كان لها تأثير سلبي معنوي على قلق التحدث أمام الجمهور. بناءً في كلية علم النفس للعام الدراسي 2022/2021 PKPBA على نتائج البحث الذي تم إجراؤه ، فإن طلاب ، مولانا مالك إبراهيم جامعة ولاية مالانج الإسلامية ، لديهم مستوى متوسط إلى مرتفع من القلق من التحدث أمام الجمهور ومستوى منخفض من الكفاءة الذاتية. المساهمة الفعالة التي تقدمها الكفاءة الذاتية للقلق من التحدث أمام الجمهور هي 67.7٪ بتأثير -0.823 بحيث أنه كلما ارتفع مستوى الكفاءة الذاتية لدى الطلاب ، ..انخفض مستوى القلق في التحدث أمام الجمهور

الكلمات المفتاحية: قلق التحدث أمام الجمهور ، الكفاءة الذاتية

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang merupakan salah satu Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri yang berada dibawah naungan Kementerian Agama Republik Indonesia (Kemenag RI). Universitas Islam Negeri ini menerapkan beberapa kebijakan yang sedikit berbeda dengan universitas universitas lain yang ditujukan untuk mencetak lulusan yang berkarakter Ulul Albab. Universitas ini juga memiliki visi yaitu terwujudnya pendidikan tinggi integratif dalam memadukan ilmu pengetahuan/ *sains* dan islam yang bereputasi internasional.

Untuk mewujudkan visi misi tersebut, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang mengharuskan atau mewajibkan bagi seluruh anggota civitas akademika untuk menguasai Bahasa Arab dan Bahasa Inggris. Melalui Bahasa Arab, diharapkan mereka mampu melakukan kajian Islam melalui sumber aslinya, yaitu Al – Qur'an dan hadits, dan melalui Bahasa Inggris mereka diharapkan mampu mengkaji ilmu ilmu umum dan modern, selain sebagai piranti komunikasi secara global. Karena itu pula, Universitas ini disebut dengan *bilingual university*.

Dari keharusan tersebut, dibentuklah Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab (PKPBA) pada tahun 1997 dan Program Khusus Pengembangan Bahasa Inggris (PKPBI) pada tahun 2000. Pendirian dua program khusus tersebut juga didasari pada keprihatinan atas rendahnya kemampuan berbahasa Arab dan berbahasa Inggris para mahasiswa di Lingkungan Universitas Islam karena kemampuan penguasaan terhadap Bahasa Arab dan Bahasa Inggris dianggap hal penting yang harus dimiliki oleh setiap mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab atau lebih dikenal dengan istilah PKPBA merupakan program yang bertanggungjawab penuh dalam mengembangkan kemampuan mahasiswa berbahasa Arab aktif. Kurikulum PKPBA dirancang dan diarahkan pada pengembangan kompetensi komunikasi (*al kifayah al ittishaliyah*) yang mencakup empat keterampilan berbahasa yaitu mendengar (*maharah al – istima'*), berbicara (*maharah al – kalam*), membaca (*maharah al – qira'ah*) dan menulis (*maharah al – kitabah*). Kompetensi tersebut dimaksudkan untuk membekali mahasiswa agar dapat berkomunikasi dengan *native speaker* asli dalam berbagai konteks sosial dan kesempatan, dengan menggunakan ungkapan ungkapan yang dapat diterima baik lisan maupun tulis. Untuk mencapai kompetensi tersebut maka Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab ditempuh mahasiswa selama dua semester atau setara dengan 320 tatap muka dan kurikulum PKPBA dikembangkan tidak hanya pada ranah peningkatan komunikasi mahasiswa namun juga diarahkan pada ranah kompetensi mahasiswa dalam memahami dan mengkaji Al-Qur'an, Al Hadits dan buku buku keislaman. Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab memiliki visi yaitu menjadi Pusat Pengembangan Bahasa Arab terdepan dalam menyelenggarakan pendidikan, pelatihan, penerjemahan, penelitian dan pengabdian masyarakat

Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab (PKPBA) merupakan program pembelajaran Bahasa Arab untuk semua mahasiswa baru di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Program ini ditempuh selama dua semester, yaitu semester satu dan dua yang dilaksanakan setiap hari senin sampai jumat pada pukul 14.00 sampai dengan pukul 17.00 WIB. Sehingga seluruh mahasiswa yang baru memasuki dunia perkuliahan (semester 1 – 2) di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang diwajibkan mengikuti PKPBA ini termasuk mahasiswa Fakultas Psikologi. Tentunya, di dalam Fakultas Psikologi tersebut, mahasiswanya tidak semuanya lulusan Pondok Pesantren atau Madrasah Aliyah, ada yang lulusan dari Sekolah Menengah Akhir atau

Sekolah Menengah Kejuruan biasa, yang notabene masih awam mengenai pembelajaran Bahasa Arab dan ketika berada dalam kelas Program Khusus tersebut mahasiswa yang kurang percaya diri atau kurang yakin terhadap kemampuannya untuk menghadapi hal baru akan mengalami kendala, seperti kendala kecemasan berbicara yang dimana mahasiswa tersebut kurang mahir dalam memahami Bahasa yang baru saja mereka pelajari.terutama ketika ada tugas untuk presentasi atau sebagainya yang meminta mahasiswa tersebut untuk berbicara di depan umum,sehingga timbul kecemasan berbicara di depan umum.

Kecemasan merupakan rasa khawatir atau takut yang dialami oleh individu secara terus menerus dan berlebihan sehubungan dengan kegiatannya sehari-hari. Kecemasan merupakan keadaan ketika individu merasakan perasaan kegelisahan atau khawatir, rasa tegang dan rasa tidak nyaman yang tak terkendali tentang kemungkinan akan terjadinya suatu hal yang buruk (Halgin dan Whitbourne, 2010). Kecemasan sendiri dapat muncul dikarenakan beberapa faktor baik dari faktor internal maupun faktor eksternal. Setiap orang mempunyai reaksi yang berbeda terhadap cemas tergantung pada kondisi masing-masing individu. Beberapa symptom yang muncul tidaklah sama antar individu. Ada beberapa simptom yang tidak berpengaruh berat pada beberapa individu, sedangkan untuk individu lainnya symptom tersebut mengganggu (DSM IV, 2000).

Dalam berkomunikasi melalui berbicara di depan umum, terkadang beberapa orang yang kurang terampil atau kurang berpengalaman akan mengalami sebuah hambatan yaitu mengalami kecemasan berbicara di depan umum (*Public Speaking Anxiety*). Kecemasan berbicara di depan umum dikategorikan sebagai kecemasan sosial atau fobia sosial dalam DSM – IV TR (Haryanthi & Tresniasari, 2012). Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Gaiban & Elmenfi (2014) menunjukkan bahwa responden yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum mengalami perasaan

takut, tegang, gemetar, bingung, jantung berdetak kencang, badan kaku, gugup dan membuat kesalahan saat menyampaikan materi.

Untuk mendapatkan fenomena atau gambaran tentang kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa PKPBA Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, peneliti melakukan survey terlebih dahulu dengan menyebarkan kuesioner melalui *google form* yang nantinya dapat diisi oleh beberapa mahasiswa PKPBA Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Setelah mendapatkan data yang ada, diketahui bahwa beberapa mahasiswa PKPBA Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang mengalami kecemasan berbicara di depan umum. Kebanyakan mahasiswa yang terhitung masih baru tersebut mengalami jantung yang berdebar debar ketika akan menghadapi aktivitas berbicara di depan umum seperti presentasi, bertanya atau berpendapat ketika di forum (91,9%), merasa gugup (89,2%), merasa takut menjadi pusat perhatian dan memilih diam ketika berada di kelas meskipun tahu jawaban yang dilontarkan oleh dosen (73%), tubuh tiba tiba berkeringat (62,2%), merasa cemas ketika ditunjuk maju atau menjawab pertanyaan (77,8%), perut terasa sakit (54,1%), lebih nyaman bertanya ke teman terdekat daripada di forum (70,3%) dan beberapa pernyataan dari responden yang menyatakan bahwa mereka merasa anggota badannya tiba tiba terasa dingin, jantung berdebar, panic, cemas, kurang focus, malu dan sebagainya. Fenomena yang dialami oleh mahasiswa PKPBA tersebut dikarenakan kurang dapat mengelola efikasi pada dirinya sehingga perasaan takut, perasaan cemas, malu yang dialami oleh mahasiswa tersebut. Dalam Penelitian sebelumnya oleh Anwar (2010) diketahui bahwa efikasi diri memberikan sumbangan sebesar 44% terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Tidak hanya itu hasil serupa juga ditunjukkan oleh Prayitno (2010) yang mengatakan

bahwa efikasi diri memberikan sumbangan sebesar 22,6% terhadap kecemasan dalam berkomunikasi (berbicara).

Rasa cemas yang muncul ketika berbicara di depan umum adalah suatu kondisi yang sifatnya sementara atau tidak lama dan mengganggu dalam diri seseorang, walaupun hanya memikirkan atau ketika mempraktekkan (Harianti, 2014). Kecemasan muncul dikarenakan beberapa sebab diantaranya adalah rasa takut kepada orang yang akan mendengarkannya seperti rasa takut akan ditertawakan, ketakutan bahwa dirinya hanya akan menjadi lelucon belaka, takut untuk dikritik, dan takut mungkin dirinya tidak menyenangkan (Osborne, 2004)

Rasa takut akan ditertawakan, ketakutan bahwa dirinya hanya akan menjadi bahan tertawaan, takut untuk dikritik dan takut terhadap hal hal lainnya ketika akan melakukan aktivitas berbicara di depan umum ini muncul dipengaruhi oleh beberapa faktor, menurut Utomo (2012), factor tersebut yakni faktor kematangan emosi dan faktor efikasi diri. Faktor kematangan emosi ditandai dengan tidak meledakkan emosi dihadapan orang lain, penilaian situasi kritis dan memiliki emosi yang stabil. Kemudian factor efikasi diri, ditandai dengan adanya keyakinan diri dalam menghadapi situasi yang tidak menentu, keyakinan mencapai target, dan menumbuhkan motivasi dalam mengatasi tantangan yang muncul. Kemudian menurut Monarth & Kase (2007), faktor yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum yaitu faktor biologis, factor pikiran negatif, faktor perilaku menghindari dan faktor emosional.

Hal seperti kecemasan berbicara di depan umum ini dapat terjadi dikarenakan rendahnya efikasi diri yang dimiliki oleh individu. Efikasi diri (*Self Efficacy*) merupakan suatu kepercayaan diri atau keyakinan pada individu mengenai kemampuannya untuk melakukan tugas, mencapai kecakapan tertentu dan mencapai suatu tujuan. Efikasi diri adalah suatu keyakinan individu terhadap segala aspek kelebihan yang dimiliki individu yang bertujuan untuk menghasilkan suatu pencapaian (Bandura, 2011).

Penelitian sebelumnya mengatakan bahwa tingkat efikasi diri dapat memberikan pengaruh pada individu terkait kecemasan pada individu dalam menghadapi tugasnya (Riani dan Rozali, 2014). Mahasiswa mudah menyerah tanpa melakukan usaha terlebih dahulu ketika dihadapkan pada tugas presentasi, pesimis bahwa dirinya tidak mampu melakukan tugas presentasi, takut menghadapi resiko ketika presentasi berlangsung dan merasa tidak mampu melakukan tugas presentasi seperti teman-teman lainnya. Hal inilah yang membuat mahasiswa dengan *self efficacy* yang rendah menjadi takut dan cemas setiap menghadapi tugas presentasi.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Ananda & Suprihatin (2019) menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang negatif pada efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. Hubungan negative yang dimaksud adalah semakin tinggi efikasi diri pada mahasiswa maka semakin rendah pula kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. Begitu pula penelitian yang dilakukan oleh Nurhasanah (2021) menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang negatif antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. Penelitian Warren (2011) juga menemukan bahwa efikasi diri dapat mempengaruhi untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan umum pada individu. Efikasi diri yang tinggi dapat memberikan motivasi pada masing-masing individu sehingga mereka merasa percaya diri untuk berbicara di depan umum serta kondisi ini menyebabkan individu tersebut mampu untuk menguasai para audiens saat berbicara di depan umum.

Efikasi diri merupakan hal yang sangat penting dalam dunia komunikasi, dimana seseorang harus meyakini terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk menghadapi permasalahan-permasalahan dalam dunia komunikasi yang erat kaitannya dengan public, karena dari kemampuan yang dimiliki itulah seseorang dapat dengan tegas menyampaikan apa yang diketahui dan dapat dengan mudah menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dihadapi (Bandura, 1997). Individu dengan efikasi diri

tinggi secara mental dan perilaku menunjukkan kesiapan yang lebih baik dalam berkomunikasi atau menyampaikan gagasan dibandingkan individu dengan efikasi diri rendah. Tekun, ulet, tidak mudah menyerah, tidak mudah putus asa, tidak mudah stress ketika mengalami kegagalan, serta berupaya untuk meningkatkan standar kinerja merupakan indikasi adanya kematangan efikasi diri pada individu (Bandura, 1997).

Selain harus mahir dalam berbahasa asing mahasiswa fakultas psikologi yang terhitung masih mahasiswa baru ini harus menempuh pendidikan di fakultas psikologi yang juga dituntut untuk dapat berkomunikasi dengan baik dihadapan orang orang ataupun di depan umum, karena kelak nantinya mahasiswa yang sudah lulus pendidikan dari fakultas psikologi pekerjaannya atau prospek karirnya akan berurusan dengan orang lain, seperti *Human Resources* (HR), Asisten Psikolog, Konselor, Motivator dan lain lain yang berhubungan dengan orang lain. Kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa tentunya akan menghambat proses pembelajaran. Oleh karenanya kemampuan fundamental yang harus dikuasai para mahasiswa baru di fakultas psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim ini adalah kemampuan berbicara di depan umum yang baik. Berbicara di depan umum merupakan salah satu teknik atau seni berbicara yang harus dimiliki oleh pembicara khususnya mahasiswa psikologi. Selain kemampuan dalam berkomunikasi, berbicara di depan umum juga memerlukan persiapan mental yang mantap agar tidak cemas ataupun grogi dalam pelaksanaannya.

Dari penjelasan dan fenomena yang telah dipaparkan di atas, maka peneliti ingin untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi Tahun Ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan deskripsi latar belakang di atas, maka dapat ditarik rumusan masalah dari penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa program khusus pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?
2. Bagaimana tingkat efikasi diri pada mahasiswa program khusus pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?
3. Bagaimana pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa program khusus pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, dapat ditarik tujuan dari penelitian ini yaitu:

1. Mengetahui kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa program khusus pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Mengetahui efikasi diri pada mahasiswa program khusus pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Mengetahui pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa program khusus pengembangan

Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang psikologi mengenai pengaruh dari efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa program khusus pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini juga diharapkan mampu untuk memberikan manfaat, khususnya bagi peneliti dan umumnya bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, serta dapat menambah wawasan bagi masyarakat dalam rangka pemenuhan informasi dan referensi atau bahan kajian dalam menambah khasanah ilmu pengetahuan khususnya tentang efikasi diri dan kecemasan berbicara di depan umum.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kecemasan Berbicara di Depan Umum

1. Pengertian Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Kecemasan merupakan hal yang dialami oleh semua orang ketika mereka merasakan hal yang mengancam mereka kecemasan sudah dianggap sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Kecemasan merupakan suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental dan yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau adanya tidak rasa ketidakamanan. Kecemasan berdasar berasalkan dari rasa takut, suatu peningkatan yang berbahaya dari perasaan tak berteman dan tak berdaya dalam dunia yang penuh dengan ancaman (Alwisol, 2012). Kecemasan merupakan suatu bentuk perilaku yang normal dan bukan menjadi persoalan serius sepanjang individu tersebut mampu mereduksi kecemasan, sehingga tingkat kecemasannya tidak berpengaruh terhadap tindakan komunikasi yang dilakukannya (Muslim, 2013). Pendapat lain tentang kecemasan adalah kondisi ketika individu merasakan kekhawatiran atau kegelisahan, rasa tidak nyaman dan ketegangan yang tidak terkendali mengenai kemungkinan akan terjadinya sesuatu yang buruk (Halgin & Whitboune, 2010).

Individu yang cemas dalam komunikasi akan menarik diri dari pergaulan, berusaha sekecil mungkin untuk berkomunikasi, dan hanya akan bicara apabila terdesak saja (Wahyuni, 2014). Kecemasan berbicara di depan umum yaitu kondisi ketidaknyamanan pada individu ketika membayangkan atau sedang berbicara di hadapan orang banyak (Wahyuni, 2015). Menurut Rogers (2008) terdapat perbedaan antara berbicara di depan umum

dengan pembicaraan biasa. Pada konteks pembicaraan biasa individu merasa aman untuk menyampaikan pikiran pikirannya. Bagian yang tidak dapat dipisahkan dari pembicaraan biasa adalah adanya proses memberi dan menerima (komunikasi dua arah atau dialog). Berbeda dengan berbicara di depan umum, individu mulai berbicara di depan umum, secara otomatis individu tersebut menjadi pemimpin dan memegang kendali penuh dari banyak orang. Proses komunikasi berubah menjadi satu arah (monolog).

Menurut Apollo (dalam Wahyuni, 2015) menyebut kecemasan berbicara di depan umum dengan istilah *reticence*, yaitu ketidakmampuan individu untuk mengembangkan percakapan yang bukan disebabkan oleh kurangnya pengetahuan akan tetapi karena adanya ketidakmampuan menyampaikan pesan secara sempurna, yang ditandai dengan adanya reaksi secara psikologis dan fisiologis. Masing masing gejala yang ditunjukkan ketika mengalami kecemasan berbicara di depan umum tidak dapat berdiri sendiri, tetapi masing masing gejala saling berhubungan. Individu yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum akan mengalami gejala pada psikologisnya, akan mempengaruhi fisiologis dan kognitifnya serta semua gejala tersebut saling timbal balik satu dengan lainnya.

Berdasarkan berbagai pendapat diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa kecemasan adalah perasaan dalam diri individu dalam kekhawatiran, ketegangan, timbul gangguan jantung berdebar, keringat dingin, dan rasa was was pada individu dalam suatu situasi karena keadaan yang sedang mengancamnya. Ketika individu mengalami kecemasan yang berlebihan maka individu akan mengalami ketakutan dan rasa was was dengan hal hal yang belum jelas bentuk dari objek yang dia takutkan. Jadi, kecemasan berbicara di depan umum, bisa dikatakan ketika individu mengalami rasa was was, khawatir, ketegangan dan tanda tanda cemas lainnya, ketika

dihadapkan dengan tugas untuk berbicara di depan umum seperti menjadi presenter, presentasi di depan kelas dan sebagainya.

2. Aspek aspek Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Rogers (2008) memaparkan beberapa dari aspek aspek kecemasan berbicara di depan umum, antara lain:

a. Aspek Fisik

Komponen fisik biasanya dirasakan jauh sebelum memulai pembicaraan. Gejala fisik tersebut dapat berbeda pada tiap orang. Gejala gejala fisik tersebut diantaranya jantung berdebar debar, suara yang bergetar, kaki gemetar, kejang perut dan sulit untuk bernafas.

b. Aspek Mental

Aspek mental memiliki gejala seperti sering mengulang kata atau kalimat, hilang ingatan secara tiba tiba sehingga sulit untuk mengingat fakta secara tepat dan melupakan hal hal yang sangat penting. Selain itu juga tersumbatnya pikiran sehingga membuat individu yang sedang berbicara tidak tahu apa yang harus diucapkan selanjutnya.

c. Aspek Emosional

Gejala gejala yang termasuk dalam komponen emosional adalah adanya rasa tidak mampu, rasa takut yang biasa muncul sebelum individu tampil dan rasa kehilangan kendali. Biasanya secara mendadak muncul rasa tidak berdaya seperti anak yang tidak mampu mengatasi masalah, munculnya rasa panic dan rasa malu setelah berakhirnya pembicaraan.

Kemudian menurut Bodie (2010) memaparkan bahwa aspek dalam kecemasan berbicara di depan umum ada tiga yaitu:

a. Aspek Kognitif

Merupakan respon kognitif atau pikiran pada individu dari ketakutan atau kecemasan yang terdiri dari evaluasi yang negatif serta keyakinan yang tidak logis yang nantinya akan mempengaruhi individu dalam kemampuan berpikir jernih, mengatasi tuntutan lingkungan atau memecahkan suatu masalah.

b. Aspek Fisiologis

Aspek fisiologis yaitu respon yang dialami individu ketika merespon adanya kecemasan seperti jantung berdegup lebih cepat, tekanan darah meningkat, dan berkeringat.

c. Aspek Perilaku

Mengacu pada perilaku yang menghindar pada individu ketika merespon adanya kecemasan, seperti tangan gemetar, gugup atau berbicara secara cepat.

Dari hal hal yang telah disebutkan di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum memiliki beberapa aspek, pertama yang diutarakan oleh Rogers (2008) ada tiga yaitu aspek fisik, aspek mental dan aspek emosional. Kemudian menurut Bodie (2010), kecemasan berbicara di depan umum mencakup tiga aspek yaitu aspek kognitif, aspek fisiologis dan aspek perilaku. Dalam penelitian ini, menggunakan aspek yang diutarakan oleh Rogers untuk mengukur tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada subjek.

3. Faktor Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Kecemasan berbicara di depan umum disebabkan oleh beberapa faktor, dan menurut Utomo (2012) kecemasan berbicara di depan umum dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu:

a. Faktor Kematangan Emosi

Faktor kematangan emosi ditandai dengan tidak meledakkan emosi di hadapan orang lain, penilaian situasi kritis dan memiliki emosi yang stabil. Kematangan emosi membantu mahasiswa dalam mengendalikan pola sikap dan perilaku yang akan memicu mahasiswa untuk membuat suatu tindakan yang didasari oleh dorongan emosi dalam pembuatan keputusan dengan mempertimbangkan dampak dari emosi tersebut. Kecemasan berbicara di depan umum yang timbul dalam diri mahasiswa dapat diatasi dengan baik dengan kematangan emosi yang stabil sehingga membantu mahasiswa dalam mengendalikan pola sikap dan perilaku sebagai respon dari kecemasan berbicara di depan umum.

b. Faktor Efikasi Diri

Faktor efikasi diri, ditandai dengan adanya keyakinan diri dalam menghadapi situasi yang tidak menentu, keyakinan mencapai target, menumbuhkan motivasi dalam mengatasi tantangan yang muncul. Efikasi diri yang dimiliki mahasiswa dalam melaksanakan tugas tugas akademik terkait dengan berbicara di depan umum membuat mahasiswa tidak merasa cemas. Ini karena kecemasan berbicara di depan umum yang ada ditekan dengan adanya keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki mahasiswa dalam mengatasi tantangan kecemasan yang ada. Keyakinan ini akan mengarahkan kepada pemilihan tindakan, pengerahan usaha, serta keuletan individu. Keyakinan yang didasari oleh batas batas kemampuan yang dirasakan akan menuntut seseorang untuk berperilaku secara mantap dan efektif.

Kemudian, menurut Monarth & Kase (2007), faktor faktor yang mempengaruhi individu mengalami kecemasan berbicara di depan public adalah sebagai berikut:

a. Faktor Biologis

Rasa takut maupun cemas dapat dialami semua orang ketika berhadapan dengan bahaya. Pada saat menghadapi situasi yang membuatnya merasa tidak nyaman, respon fisiologis yang tampak adalah yang pertama sistem saraf simpatis memproduksi dan melepaskan adrenalin yaitu suatu *hormon fight* (menghadapi) dan *flight* (menghindari) situasi bahaya. Kedua, detak jantung berdebar dengan kuat, tekanan darah naik, wajah bersemu merah. Ketiga, merasakan adanya sensasi dingin dan gemetar pada tangan dan kaki. Keempat, nafas memburu dengan cepat, sulit mengatur pernafasan dan mengalami sakit kepala ringan. Kelima, berkeringat pada sekujur tubuh.

b. Faktor Pikiran Negatif

Pikiran akan memicu respon biologis sebaliknya adakalanya respon biologis yang menampakkan kecemasan dan pikiran negatif akan menyertainya. Pikiran negatif yang umumnya timbul, pertama bahwa berbicara di depan umum menakutkan. Kedua, pikiran yang terlalu berlebihan terhadap konsekuensi negatif dari suatu situasi sosial. Ketiga, penalaran emosi merupakan suatu pemikiran tentang adanya perasaan cemas misalnya sakit perut akan menyebabkan individu mengungkapkan pendapat dengan buruk. Keempat, adanya perasaan kurang mampu mengatasi beberapa kesulitan pada situasi sosial. Kelima, fokus terhadap aspek negatif dari suatu situasi dan mengabaikan hal hal yang positif.

c. Faktor Perilaku Menghindar

Respon yang alami saat mengalami kecemasan adalah bagaimana agar dapat lepas dari kondisi tersebut dengan strategi menghindar (Monarth & Kase, 2007). Individu ingin menghindari

situasi yang membuat tegang tersebut secepat mungkin tidak ingin kembali pada situasi yang sama.

d. Faktor Emosional

Saat individu menunjukkan situasi takut, individu tersebut akan mengalami respon fisiologis, kognitif dan perilaku yang menggambarkan situasi tersebut sehingga individu tersebut yang mengembangkan rasa takut terhadap situasi tertentu. Individu tersebut cenderung merasakan perasaan cemas, takut, kuatir merasa tidak mudah menghadapi situasi sosial, tegang, panic dan gugup menghadapi situasi berbicara di depan umum. Saat individu menghindari situasi berbicara di depan umum tersebut, individu menyadari implikasinya terhadap karir dan kehidupan sosialnya. Hal tersebut menyebabkan perasaan depresi, murung, frustrasi, putus asa dan perasaan takut.

4. Perspektif Islam tentang Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Kecemasan merupakan hal yang terkadang muncul secara fisiologis seperti perasaan tidak menyenangkan, tegang, berpikiran negatif dan khawatir akan hal buruk akan terjadi itu disebut dengan kecemasan. Dalam Islam, kecemasan dibahas dalam Al – Qur’an seperti QS. Al-Fussilat ayat 30:

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَفْتَمُوا أَنزَلْنَا عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةَ أَلا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا
بِالْحَبَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ

Artinya:

“Sesungguhnya orang-orang yang berkata: “Tuhan Kami adalah Allah,” kemudian tetap (dalam pendiriannya), akan turun malaikat – malaikat kepada mereka (seraya berkata), “Janganlah kamu takut dan bersedih hati serta bergembiralah dengan (memperoleh) surge yang telah dijanjikan kepadamu”

a. Tafsir

(Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan, “Rabb kami adalah Allah,” kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka) dalam ajaran tauhid dan lain-lainnya yang diwajibkan atas mereka (maka malikat akan turun kepada mereka) sewaktu mereka mati (“Hendaknya kalian jangan merasa takut) akan mati dan hal hal yang sesudahnya (dan jangan pula kalian merasa sedih) atas semua yang telah kalian tinggalkan, yaitu istri dan anak anak, maka Kamilah yang akan menggantikan kedudukan mereka di sisi kalian (dan bergembiralah dengan surga yang telah dijanjikan Allah kepada kalian).

B. Efikasi Diri

1. Pengertian Efikasi Diri

Menurut Albert Bandura (dalam Myers, 2012) efikasi diri atau *self efficacy* adalah perasaan terhadap kemampuan seseorang untuk mengerjakan suatu tugas, efikasi diri adalah percaya terhadap kompetensi diri sendiri dan efektivitas sebagai hasil dari pemberian grativtkasi, dengan kata lain efikasi diri merupakan keyakinan pada individu tentang kemampuan yang dimilikinya dalam mengerjakan suatu tugas di mana kemampuan tersebut dilatih, digerakkan oleh kejadian kejadian yang berpengaruh dalam hidup seseorang. Efikasi diri merupakan sebagai keyakinan pada kemampuan diri untuk menghadapi dan memecahkan masalah dengan efektif.

Alwisol (2009) menyatakan bahwa efikasi diri adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan suatu tugas sesuai dengan apa yang dikerjakan. Kemudian Baron dan Byrne (dalam Risnawati, 2010) mengartikan efikasi diri sebagai evaluasi dari individu mengenai kemampuan atau sebuah kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai sebuah tujuan dan mengatasi sebuah hambatan yang dialami. Menurut Nuzulia (2010),

pada dasarnya efikasi diri adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas mengenai efikasi diri, dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan dari individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk menghasilkan sesuatu yang diharapkan baik dalam mengkoordinir permasalahan yang dialami, penyelesaian masalah, dan juga penyelesaian tugas yang dikerjakannya.

2. Aspek Efikasi Diri

Aspek Efikasi diri terbagi menjadi tiga bagian dimana bagian menurut Bandura (1997), yang diantaranya yaitu:

a. *Level* (Tingkatan)

Aspek ini berkaitan dengan keyakinan seseorang dalam menyelesaikan tingkat kesulitan tugas yang dihadapi. Jika individu dihadapkan pada masalah atau tugas tugas yang disusun menurut tingkat kesulitan tertentu maka efikasi diri akan jatuh pada tugas tugas yang mudah, sedang hingga sulit sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan bagi masing masing tingkatannya tersebut. Aspek kesulitan memiliki implikasi terhadap pemilihan tingkah laku yang dicoba atau yang akan dihindari. Individu akan mencoba tingkah laku yang dirasa mampu untuk dilakukan dan akan menghindari tingkah laku yang dirasa berada di luar batas kemampuannya.

b. *Generality* (Keadaan Umum)

Aspek ini berkaitan dengan keyakinan seseorang atas kemampuannya dalam melaksanakan tugas di berbagai aktivitas. Dalam mengatasi atau menyelesaikan masalah ataupun tugas

tugasnya. Beberapa individu memiliki keyakinan yang terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu dan beberapa menyebar pada serangkaian aktivitas dan situasi yang bervariasi.

c. *Strength* (Kekuatan)

Aspek ini berkaitan dengan tingkat kekuatan atau kelemahan keyakinan individu tentang kemampuan yang dimilikinya. Individu dengan efikasi diri kuat mengenai kemampuannya cenderung pantang menyerah dan ulet dalam meningkatkan usahanya walaupun menghadapi sebuah rintangan. Sebaliknya individu dengan efikasi diri yang rendah cenderung untuk mudah terguncang oleh hambatan kecil dalam menyelesaikan tugasnya.

Kemudian, Corsini (2009) mengemukakan bahwa efikasi diri meliputi beberapa aspek, yaitu:

a. Kognitif

Yaitu sebuah kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam memikirkan sebuah cara untuk digunakan serta merancang apa yang akan dilakukan dengan memiliki sebuah tujuan yang ingin dicapai.

b. Motivasi

Yaitu sebuah keyakinan yang dimiliki oleh individu untuk memberi dorongan pada dirinya melalui pikiran agar dapat membuat keputusan serta melakukan suatu tindakan dengan maksud mencapai sebuah tujuan.

c. Afektif

Efikasi diri pada individu dapat mempengaruhi emosional dan sifat pada individu tersebut, sehingga terdapat aspek afektif dalam efikasi diri.

d. Seleksi

Seleksi merupakan sebuah kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk memilih lingkungan dan tingkah laku yang tepat dengan maksud ingin mencapai tujuan yang diharapkan.

Dari hal hal yang telah disebutkan di atas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri mencakup beberapa aspek. Menurut Bandura (1997) efikasi diri mencakup tiga aspek yaitu aspek *level* (tingkatan), aspek *generality* (keadaan umum) dan aspek *strength* (kekuatan). Sedangkan menurut Corsini (2009), mencakup 4 aspek yaitu aspek kognitif, motivasi, afektif dan seleksi. Di penelitian ini menggunakan aspek aspek yang dikemukakan oleh Bandura untuk mengukur tingkat efikasi diri pada subjek.

3. Faktor – Faktor Efikasi Diri

Menurut Bandura (1997), tingkat efikasi diri pada individu disebabkan oleh beberapa faktor, yang antara lain:

a. Budaya

Budaya mempengaruhi efikasi diri melalui *values* (nilai), *beliefs* (kepercayaan), dan *self-regulator process* (proses pengaturan diri) yang berfungsi sebagai sumber penilaian efikasi diri dan juga sebagai konsekuensi dari keyakinan akan efikasi diri

b. Usia

Efikasi diri terbentuk melalui proses belajar sosial yang dapat berlangsung selama masa kehidupan. Individu yang lebih tua cenderung memiliki rentang waktu dan pengalaman yang lebih banyak dalam mengatasi suatu hal yang terjadi dibandingkan dengan individu yang lebih muda.

c. Jenis Kelamin

Orang tua seringkali memiliki pandang yang berbeda terhadap kemampuan laki laki dan perempuan. Terdapat perbedaan pada perkembangan kemampuan dan kompetensi laki laki dan perempuan. Ketika laki laki berusaha untuk sangat membanggakan dirinya, perempuan seringkali meremehkan kemampuan mereka. Hal ini berasal dari pandangan orang tua terhadap anaknya, dimana

orang tua menganggap bahwa perempuan lebih sulit untuk mengikuti pelajaran dibandingkan laki laki, walaupun prestasi mereka tidak terlalu berbeda. Semakin seorang perempuan menerima perlakuan stereotype gender ini, maka semakin rendah penilaian mereka terhadap kemampuan dirinya.

d. Pengalaman

Efikasi diri terbentuk sebagai suatu proses adaptasi dan pembelajaran yang ada dalam situasi dimana individu bekerja. Semakin lama seseorang bekerja maka semakin tinggi efikasi diri yang dimilikinya, tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa efikasi diri yang dimiliki individu tersebut akan menurun atau tetap

e. Tingkat Pendidikan

Efikasi diri terbentuk melalui proses belajar yang dapat diterima individu pada tingkat pendidikan formal. Individu yang memiliki jenjang yang lebih tinggi biasanya memiliki efikasi diri yang lebih tinggi karena lebih banyak belajar dan menerima pengetahuan melalui pendidikan formal, serta memiliki banyak kesempatan untuk belajar mengatasi persoalan persoalan dalam hidupnya.

f. Informasi tentang Kemampuan Diri

Individu yang memperoleh informasi positif mengenai dirinya maka akan meningkatkan efikasi dirinya, sedangkan individu yang memperoleh informasi negatif mengenai dirinya maka akan menurunkan efikasi dirinya.

g. Insentif Eksternal

Adanya insentif berupa *reward* (hadiah) dari orang lain untuk merefleksikan keberhasilan individu dalam menguasai atau melaksanakan suatu tugas akan meningkatkan efikasi dirinya. *Reward* yang tepat atau menarik akan meningkatkan motivasi pada individu dalam menyelesaikan tugasnya

h. Sifat Tugas yang Dihadapi

Semakin kompleks dan sulit suatu tugas yang dihadapi oleh individu maka semakin besar keraguan terhadap kemampuannya, sebaliknya jika individu dihadapkan pada tugas yang sederhana dan mudah maka ia sangat yakin pada kemampuannya untuk berhasil

i. Status Individu dalam Lingkungan

Individu yang memiliki status sosial lebih tinggi akan memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi pula dibandingkan individu yang berstatus sosial lebih rendah. Status sosial tinggi membuat individu memperoleh penghargaan lebih dari orang lain sehingga memberikan pengaruh pula terhadap efikasi dirinya.

Dari hal hal yang telah disebutkan di atas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu budaya, usia, jenis kelamin, pengalaman, tingkat pendidikan, informasi tentang kemampuan diri, insentif eksternal, sifat tugas yang dihadapi dan status individu dalam lingkungan.

4. Sumber Sumber Efikasi Diri

Efikasi diri sendiri dapat diubah, diperoleh, diturunkan ataupun ditingkatkan. Terdapat empat sumber efikasi diri (Alwisol, 2009), yaitu:

a. *Performance Accomplishment* (Pengalaman Menguasai Suatu Prestasi)

Pengalaman menguasai suatu prestasi (*Performance accomplishment*) merupakan prestasi yang pernah dicapai pada masa yang telah lalu. Sebagai sumber, performansi masa lalu menjadi pengubah efikasi diri yang paling kuat pengaruhnya. Prestasi yang terdapat pada masa lalu yang bagus akan meningkatkan ekspektasi efikasi, sedangkan kegagalan akan menurunkan efikasi. Dan tercapainya keberhasilan akan

memberikan dampak efikasi yang berbeda beda sebagaimana macam macam proses pencapaian yang dilakukan.

b. Pengalaman Vikarius

Efikasi diri akan meningkat ketika mengamati keberhasilan orang lain, sebaliknya efikasi diri akan menurun jika mengamati orang yang kemampuannya kira kira sama dengan dirinya ternyata gagal. Apabila figure yang diamati berbeda dengan diri *modelling*, pengaruh vikarius tidak begitu besar. Akan tetapi sebaliknya, apabila figure yang diamati setara dengan dirinya, akan menyebabkan tidak mau mengerjakan apa yang pernah gagal dikerjakan oleh figure yang diamati tersebut dalam jangka waktu yang cukup lama.

c. Keadaan Emosi

Keadaan emosi yang mengikuti suatu kegiatan yang dilakukan orang akan mempengaruhi kegiatan yang dilakukan. Apabila emosinya cemas, takut, stress, hal itu akan menyebabkan menurunnya efikasi pada diri individu, begitu pula sebaliknya, apabila terjadi peningkatan emosi maka efikasi pada diri individu akan meningkat pula.

d. Persuasi Sosial

Persuasi sosial dapat menumbuhkan, memperkuat, dan melemahkan efikasi diri. Akan tetapi dampak dari persuasi sosial ini terbatas, tetapi pada kondisi yang tepat persuasi dari orang lain dapat mempengaruhi efikasi diri. Kondisi seperti ini merupakan rasa percaya pada orang yang mempersuasi dan sifat *realistic* seperti apa yang dipersuasikan.

Dari hal hal yang telah disebutkan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa sumber efikasi diri yaitu *performance accomplishment*, pengalaman vikarius, keadaan emosi dan persuasi sosial.

5. Perspektif Islam tentang Efikasi Diri

Efikasi memegang peran yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, seseorang akan mampu menggunakan potensi dirinya secara optimal apabila efikasi diri mendukungnya. Efikasi diri merupakan suatu kepercayaan diri atau keyakinan pada individu mengenai kemampuannya untuk melakukan tugas, mencapai kecakapan tertentu dan mencapai suatu tujuan. Dalam Islam juga memiliki pandangan atau perspektif tentang efikasi diri, di Al-Qur'an menegaskan bahwa setiap orang akan mampu menghadapi peristiwa apapun yang terjadi karena Allah SWT berjanji bahwa Allah SWT tidak akan membebani seseorang melainkan dengan sesuatu yang sesuai dengan kemampuannya, yakni dalam Q.S. *Al-Baqarah* ayat 286:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا
□ إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا
رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا
فَاَنْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

Artinya:

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebaikan) yang dikerjakannya dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa), “Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami melakukan kesalahan. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami, maka tolonglah kami menghadapi orang-orang kafir.”

a. Tafsir

(Allah tidaklah membebani seseorang melainkan sesuai dengan kemampuannya), artinya sekadar kesanggupannya. (Ia mendapat dari apa yang diusahakannya) berupa kebaikan artinya pahalanya (dan ia beroleh pula dari hasil kejahatannya), yakni dosanya. Maka seseorang itu tidaklah menerima hukuman dari apa yang tidak dilakukannya, hanya baru menjadi angan angan dan lamunan mereka. Mereka bermohon, (“Wahai Tuhan kami! Janganlah kami dihukum) dengan siksa (jika kami lupa atau tersalah), artinya meninggalkan kebenaran tanpa sengaja, sebagaimana dihukumnya orang orang sebelum kami. Sebenarnya hal ini telah dicabut Allah terhadap umat ini, sebagaimana yang telah dijelaskan oleh hadits. Permintaan ini merupakan pengakuan terhadap nikmat Allah. (Wahai Tuhan kami! Janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat) yang tidak mungkin dapat kami pikul (sebagaimana Engkau bebankan kepada orang orang yang sebelum kami), yaitu Bani Israel berupa bunuh diri dalam bertobat, mengeluarkan seperempat harta dalam zakat dan mengorek tempat yang kena najis. (Wahai Tuhan kami! Janganlah Kamu pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup) atau tidak kuat (kami memikulnya) berupa tugas tugas dan cobaan cobaan. (Beri maafilah kami) atau hapuslah sekalian dosa kami (ampunilah kami dan beri rahmatlah kami) dalam rahmat itu terdapat kelanjutan atau tambahan keamanan, (Engkaulah pembela kami), artinya pemimpin dan pengatur urusan kami (maka tolonglah kami terhadap orang orang yang kafir) yakni dengan menegakkan hujah dan memberikan kemenangan dalam peraturan dan pertempuran dengan mereka, karena ciri ciri seorang maula atau pembela adalah menolong anak buahnya terhadap musuh musuh mereka. Dalam sebuah hadis tercantum bahwa tatkala ayat ini turun dan dibaca oleh Nabi SAW

maka setiap kalimat diberikan jawaban oleh Allah SWT, “Telah Engkau penuhi!”

C. **Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa**

Self Efficacy atau efikasi diri sangat erat kaitannya dengan kecemasan berbicara di depan umum, seseorang pasti akan mengalami suatu kekhawatiran akibat belum adanya kesiapan dari dirinya untuk dapat berbicara di depan public. Berdasarkan hasil penelitian Warren (2011) juga menemukan bahwa efikasi diri dapat mempengaruhi untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan umum pada individu. Efikasi diri yang tinggi dapat memberikan motivasi pada masing masing individu sehingga mereka merasa percaya diri untuk berbicara di depan umum serta kondisi ini menyebabkan individu tersebut mampu untuk menguasai para audiens saat berbicara di depan umum. Keadaan kecemasan berbicara di depan umum merupakan hal yang sangat wajar karena dengan adanya kekhawatiran maka seseorang dapat mengontrol diri mereka agar tidak terlalu sombong terhadap apa yang telah mereka miliki, tapi kekhawatiran ini menjadi tidak wajar ketika seseorang menjadi khawatir yang berlebihan seperti mengeluarkan keringat dingin atau tiba tiba merasa tidak mampu untuk melakukan sesuatu, jantung berdetak dengan kencang, gugup dan sebagainya. Penelitian yang dilakukan oleh Gaiban & Elmenfi (2014) menunjukkan bahwa responden yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum mengalami perasaan takut, tegang, gemetar, bingung, jantung berdetak kencang, badan kaku, gugup dan membuat kesalahan saat menyampaikan materi.

Dalam keadaan tersebut efikasi diri sangat berpengaruh dalam mengatasi kekhawatiran dalam berbicara, dimana seseorang yang yakin dengan kemampuan yang dia miliki maka seseorang tersebut akan kecil kemungkinan untuk mengalami kekhawatiran berbicara di depan public, begitu pun sebaliknya, apabila seseorang tersebut memiliki efikasi diri yang

rendah maka akan besar kemungkinan seseorang tersebut mengalami kekhawatiran atau kecemasan ketika berbicara di depan umum (D. Lynn, 2003).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Riani & Rozali (2014) mengatakan bahwa tingkat efikasi diri dapat memberikan pengaruh pada individu terkait kecemasan pada individu dalam menghadapi tugasnya. Kemudian dalam penelitian yang dilakukan oleh Djayanti (2015), menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum, yang berarti bahwa apabila efikasi diri tinggi maka kecemasan berbicara di depan umum rendah. Begitu juga sebaliknya, apabila efikasi diri rendah maka kecemasan berbicara di depan umum tinggi.

D. Hipotesis

Berdasarkan pemaparan kajian teoritis, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya pengaruh yang negatif antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum yang berarti semakin tinggi efikasi diri pada mahasiswa maka kecemasan berbicara di depan umum semakin rendah, begitu pula sebaliknya, semakin rendah efikasi diri pada mahasiswa maka kecemasan berbicara di depan umum semakin tinggi.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini akan mengkaji tentang pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa PKPBA Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Pendekatan penelitian kuantitatif sebagaimana dikemukakan oleh Sugiyono (2018) diartikan sebagai penelitian berlandaskan pada filsafat positivism, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistic yang bertujuan untuk menggambarkan dan menguji hipotesis yang telah diajukan sebelumnya. Menurut Cresswell (2019), menjelaskan bahwa penelitian kuantitatif adalah penelitian yang bekerja dengan angka yang datanya berwujud bilangan (frekuensi, nilai atau skor, atau peringkat), yang dianalisis dengan menggunakan statistic untuk menjawab pertanyaan atau hipotesis penelitian yang sifatnya spesifik dan untuk melakukan prediksi bahwa suatu variabel tertentu mempengaruhi variable yang lain.

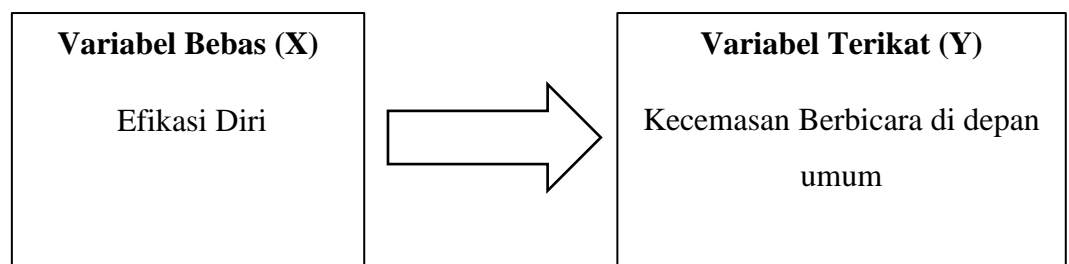
Penelitian ini juga menggunakan analisis regresi linier sederhana yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari suatu variabel terhadap variable yang lainnya, serta menggunakan analisis data deskriptif yang bertujuan untuk memberikan penjelasan mengenai data data yang berbentuk angka (Azwar, 2018)

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Identifikasi variabel adalah cara untuk menetapkan label bagi variable variable awal dalam penelitian dan penetapan fungsi pada setiap variabel dalam hipotesis yang ada (Azwar, 2018). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu:

1. Variabel Independen atau variabel bebas (X) merupakan variabel yang dapat mempengaruhi variabel yang lainnya. Variabel (X) yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Self Efficacy* (Efikasi diri).
2. Variabel dependen atau variabel terikat (Y) merupakan variabel yang dapat dipengaruhi oleh variabel bebas (X). variabel (Y) yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Public Speaking Anxiety* (Kecemasan berbicara di depan umum).

Pengaruh dari variabel bebas Efikasi diri terhadap variabel terikat Kecemasan berbicara di depan umum dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.1 Pengaruh dari variabel (X) terhadap variabel (Y)

C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan suatu penjelasan atau definisi mengenai variabel yang telah dirumuskan berdasarkan karakteristik atau aspek aspek variabel tersebut (Azwar, 2018). Berikut definisi operasional dari variabel yang terdapat dalam penelitian ini:

1. Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan tingkatan keyakinan yang dimiliki oleh individu (dalam penelitian ini mahasiswa) akan kemampuan yang dimilikinya dalam menghadapi berbagai tugas atau masalah yang dimana kelebihan atau kemampuan dalam menghadapi atau menyelesaikan tugas atau masalah tersebut sudah dimiliki atau sudah dilatih sebelumnya oleh individu. Efikasi diri pada penelitian

ini menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Bandura (1997) yaitu *Level* (tingkatan), *generality* (keadaan umum), dan *strength* (kekuatan).

2. Kecemasan berbicara di depan umum

Kecemasan berbicara di depan umum adalah dikatakan ketika individu mengalami rasa was was, khawatir, ketegangan dan tanda tanda cemas lainnya, ketika dihadapkan dengan tugas untuk berbicara di depan umum seperti menjadi presenter, presentasi di depan kelas dan sebagainya. Aspek yang terdapat dalam *public speaking anxiety* dalam penelitian ini adalah aspek yang dikemukakan oleh Rogers (2008) yaitu aspek fisik, mental dan emosional.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan bagian generalisasi yang terdiri dari subjek atau objek yang memiliki karakteristik dan ciri tertentu yang telah disesuaikan dengan variabel penelitian (Sugiyono, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa PKPBA (program khusus pengembangan Bahasa Arab) Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang berjumlah 258 mahasiswa.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian atau perwakilan dari jumlah populasi yang ada pada sebuah penelitian yang memiliki karakteristik dan ciri seperti populasi tersebut (Sugiyono, 2016). Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *random sampling*, yang dimana sampel diperoleh dengan cara mengambil secara acak dari populasi yang ada dengan setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama

(Azwar, 2018). Jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin (Sugiyono, 2006), sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan

n : Jumlah sampel

N : Jumlah Populasi

e : Taraf kesalahan atau *error* (10%) atau sebesar 0.10

Dari rumus di atas, maka jumlah sampel dalam penelitian ini dapat diketahui sebagai berikut:

$$n = \frac{258}{1 + 258 (0.10)^2}$$

$$n = \frac{258}{1 + 2.58}$$

$$n = \frac{258}{3.58}$$

$$n = 71.067, \text{ dibulatkan menjadi } 71 \text{ sampel}$$

Berdasarkan perhitungan pengambilan sampel dengan rumus Slovin, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 71 sampel.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah tahap yang paling penting dalam sebuah penelitian, karena tujuan utama dari sebuah penelitian adalah untuk mendapat data yang sesuai, sehingga dengan tidak mengetahui teknik pengumpulan data, peneliti tidak akan mendapat data yang sesuai dengan

penelitian yang dibuatnya (Sugiyono, 2016). Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Skala (Kuesioner)

Teknik pengumpulan data dengan skala merupakan salah satu teknik untuk mendapatkan sebuah data penelitian dengan cara menyebarkan beberapa pertanyaan dan pernyataan kepada subjek atau responden. Dalam penelitian ini skala yang digunakan skala *likert*, yang dimana skala *likert* ini merupakan skala yang berfungsi untuk mengukur persepsi, pendapat, dan sikap kelompok maupun individu mengenai fenomena sosial (Sugiyono, 2016).

Pada penelitian ini skala psikologi (skala *likert*) yang digunakan sebagai instrumen pengumpulan data terdapat serangkaian pernyataan dari aspek aspek variabel *self efficacy* (efikasi diri) dan *public speaking anxiety* (kecemasan berbicara di depan umum). Selain pernyataan, dalam skala *likert* tersebut terdapat jawaban berupa empat pernyataan yang nantinya responden dapat memilih jawaban tersebut sesuai keadaan yang sebenarnya dari responden tersebut. Empat pernyataan tersebut yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skala *likert* terdiri dari dua jenis pernyataan yaitu ada yang bersifat positif (*favorable*) dan juga bersifat negatif (*unfavorable*). Berikut adalah skor aitem pada skala *likert*:

Tabel 3.1 Skor Skala *Likert*

| Kategori Jawaban | Favorable | Unfavorable |
|----------------------------------|------------------|--------------------|
| Sangat Setuju (SS) | 4 | 1 |
| Setuju (S) | 3 | 2 |
| Tidak Setuju (TS) | 2 | 3 |
| Sangat Tidak Setuju (STS) | 1 | 4 |

a. Blue Print Self Efficacy (Efikasi Diri)

Pengukuran variabel *self efficacy* (efikasi diri) menggunakan skala adaptasi dari *General Self Efficacy Scale* (GSES) yang disusun oleh Schwarzer dan Jerusalem (1995). Dalam skala tersebut terdapat 10 aitem (*favorable*) yang telah meliputi tiga aspek yang dikemukakan oleh Bandura (dalam Risnawati, 2010), yaitu aspek *level* (tingkatan), *strength* (kekuatan) dan *generality* (keadaan umum).

Tabel 3.2 Blue Print Skala General Self Efficacy (GSE)

| Variabel | Aspek Aspek | Indikator | Aitem | | Jumlah Aitem |
|--|-------------------------------------|---|-------------|----|-----------------|
| | | | F | UF | |
| <i>Self efficacy</i> (Efikasi Diri) | <i>Level</i> (Tingkatan) | Keyakinan individu atas kemampuannya terhadap kesulitan tugas atau hambatan dalam menghadapinya | 1, 6, 9 | - | 3 |
| | <i>Strength</i> (Kekuatan) | Kekuatan keyakinan pada individu terhadap kemampuannya | 5, 7, 8, 10 | - | 4 |
| | <i>Generality</i> (Keadaan Umum) | Keyakinan individu akan kemampuannya melaksanakan semua tugas di berbagai aktivitas | 2, 3, 4 | - | 3 |
| Jumlah | | | | | 10 |

b. Blue Print Skala Public Speaking Anxiety (Kecemasan Berbicara di Depan Umum)

Pengukuran variabel *Public speaking anxiety* (kecemasan berbicara di depan umum) dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi yang mengambil aspek aspek dari kecemasan berbicara di depan umum yang dikemukakan oleh Rogers (2008) yaitu aspek fisik, aspek mental dan aspek emosional.

| Variabel | Aspek | Indikator | Aitem | | Jumlah Aitem |
|--|-----------------|--|-------------------------|------------------|--------------|
| | | | F | UF | |
| Public Speaking Anxiety (Kecemasan Berbicara di Depan Umum) | Aspek fisik | Gejala fisik yang dialami atau Perilaku yang tampak oleh individu ketika menghadapi aktivitas berbicara di depan umum | 1, 2, 3, 16, 22, 23, 29 | 7, 8, 17, 25, 26 | 12 |
| | Aspek Mental | Proses proses yang menghambat individu ketika melakukan aktivitas berbicara di depan umum | 4, 5, 6, 18, 27, 28 | 9, 10, 19, 24 | 10 |
| | Aspek Emosional | Perasaan perasaan negatif seperti tidak mampu, cemas dan sebagainya yang dialami individu ketika akan menghadapi aktivitas berbicara di depan umum | 13, 14, 15, 20, 30 | 11, 12, 21 | 8 |
| Jumlah | | | | | 30 |

Tabel 3.3 Blue Print Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas merupakan kecermatan dan ketepatan suatu alat ukur dalam memenuhi fungsi utamanya yaitu mengukur suatu variabel dan mampu memberikan hasil ukur yang sesuai atau tepat dengan tujuan dari penelitian yang telah dilakukan (Azwar, 2007). Pada penelitian ini uji validitas dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi *IBM SPSS Statistics 25 for Windows* dengan menggunakan rumus atau teknik korelasi *Bivariate Pearson (Product Moment Pearson)* yakni dengan cara mengkorelasikan skor aitem dengan skor total sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

- r_{xy} : Koefisien korelasi antara x dan y
- N : Jumlah subjek
- X : Skor aitem
- Y : Skor Total
- $\sum X$: Jumlah skor aitem
- $\sum Y$: Jumlah skor total
- $\sum X^2$: Jumlah kuadrat skor aitem
- $\sum Y^2$: Jumlah kuadrat skor total

Hasil dari koefisien korelasi selanjutnya dibandingkan dengan korelasi *product moment* pada taraf signifikan 0,05, apabila r hitung lebih besar dari tabel, maka aitem tersebut dapat dinyatakan valid. Hasil dari data uji coba skala selanjutnya ditabulasikan untuk mendapatkan hasil hitung uji coba skala. Perhitungan yang digunakan dalam mencari hasil uji coba skala melalui bantuan aplikasi *IBM SPSS Statistics 25 for*

Windows dengan syarat tertentu. Apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka aitem bisa dikatakan valid, begitupun sebaliknya apabila $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka aitem bisa dikatakan tidak valid.

Berdasarkan hasil uji validitas yang telah dilakukan pada dua skala penelitian yaitu *general self efficacy scale* dan skala kecemasan berbicara di depan umum, terdapat beberapa aitem yang gugur baik dari *general self efficacy scale* maupun dari skala kecemasan berbicara di depan umum. Berikut tabel dari hasil dari uji validitas:

Tabel 3.4 Hasil Uji Coba *General Self-Efficacy Scale*

| Aspek | Indikator | Aitem Valid | Aitem Gugur | Jumlah | Jumlah |
|-------------------------------------|---|-------------|-------------|-------------|-------------|
| | | | | Aitem Valid | Aitem Gugur |
| Level (Tingkatan) | Keyakinan individu dalam menyelesaikan tingkat kesulitan tugas yang dihadapi | 1,6,9 | - | 3 | - |
| Strength (Kekuatan) | Kekuatan keyakinan pada individu terhadap kemampuannya | 5,7,8,10 | - | 4 | - |
| Generality (Keadaan Umum) | Keyakinan individu akan kemampuannya melaksanakan semua tugas di berbagai aktivitas | 2,3 | 4 | 2 | 1 |
| Jumlah | | | | 9 | 1 |

Berdasarkan hasil uji coba pada *general self-efficacy scale* yang sebelumnya memiliki 10 aitem *favorable* yang dilakukan pada 30 subjek

diluar sampel dan mendapatkan hasil 1 aitem gugur pada nomor aitem (4) sehingga aitem yang valid tersisa 9 aitem

Tabel 3.5 Hasil Uji Coba Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum

| Aspek | Indikator | Aitem Valid | Aitem Gugur | Jumlah | Jumlah |
|------------------|--|---|-------------|-------------|-------------|
| | | | | Aitem Valid | Aitem Gugur |
| Fisik | Gejala fisik yang dialami atau perilaku yang tampak oleh individu ketika menghadapi aktivitas berbicara di depan umum | 1, 2, 3, 7, 8, 16, 17, 22, 23, 25, 26, 29 | - | 12 | - |
| Mental | Proses proses yang menghambat individu ketika melakukan aktivitas berbicara di depan umum | 4, 5, 6, 9, 18, 19, 27, 28 | 10, 24 | 8 | 2 |
| Emosional | Perasaan perasaan negatif seperti tidak mampu, cemas dan sebagainya yang dialami individu ketika akan menghadapi aktivitas berbicara di depan umum | 11, 12, 13, 14, 15, 20, 30 | 21 | 7 | 1 |
| Jumlah | | | | 27 | 3 |

Berdasarkan hasil uji coba pada skala kecemasan berbicara di depan umum yang sebelumnya memiliki 18 aitem *favorable* dan 12 aitem

unfavorable yang dilakukan pada 30 subjek diluar sampel dan mendapatkan hasil 3 aitem gugur pada nomor aitem (10, 21, 24) sehingga aitem yang valid tersisa 27 aitem.

2. Reliabilitas

Reliabilitas memiliki pengertian bahwa suatu alat ukur dapat dipercaya atau tidak yang mengacu pada keajegan hasil pengukuran skala tersebut (Azwar, 2007). Meskipun reliabilitas pada dasarnya memiliki beragam sebutan seperti kestabilan, keterpercayaan, keajegan, keterandalan dan sebagainya, namun konsep yang sebenarnya dalam reliabilitas yaitu sejauh mana hasil dari pengukuran skala tersebut dapat dipercaya. Hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam pelaksanaan pengukuran terhadap sampel atau subjek yang ada, hasil yang didapat relative sama, selama aspek yang diukur dalam diri sampel belum dirubah. Maksud dari relative sama disini adalah tetap memiliki toleransi terhadap perbedaan perbedaan kecil diantara hasil pada beberapa kali pengukuran. Apabila perbedaan itu cukup besar dari beberapa kali pengukuran, hasil tersebut tidak dapat dipercaya dan tidak bisa dikatakan pengukuran tersebut reliabel (Azwar, 2007).

Untuk melihat reliabilitas, dalam penelitian ini menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* yang memiliki rentang koefisien korelasi 0 – 1,00 dengan ketentuan apabila nilai yang diperoleh mencapai 0.600 atau semakin tinggi koefisien korelasi tersebut (mendekati 1,00), maka dapat alat ukur tersebut dapat dikatakan reliabel dan dapat digunakan dalam penelitian. Rumus dari *Cronbach's Alpha* adalah sebagai berikut:

$$r_{11} = \frac{k}{k - 1} \times \left\{ 1 - \frac{\sum S_i}{S_t} \right\}$$

Keterangan :

r_{11} : Nilai Reliabilitas

$\sum S_i$: Jumlah Skor varian per aitem

S_t : Varians total

K : Jumlah aitem kuesioner

Tabel 3.6 Klasifikasi Nilai Reliabilitas

| Interval Koefisien | Interpretasi |
|--------------------|---------------|
| 0,00 – 0,20 | Sangat Lemah |
| 0,21 – 0,40 | Lemah |
| 0,41 – 0,60 | Cukup |
| 0,61 – 0,80 | Tinggi |
| 0,81 – 1,00 | Sangat Tinggi |

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan aplikasi *IBM SPSS Statistics 25 for Windows* guna menguji reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini dapat dipaparkan sebagai berikut:

Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas

| Skala | Cronbach's Alpha | Jumlah Item |
|-----------------------------------|------------------|-------------|
| Efikasi Diri | 0.875 | 9 |
| Kecemasan Berbicara di Depan Umum | 0.927 | 27 |

a. Skala Efikasi Diri (*General Self-Efficacy Scale*)

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada variabel efikasi diri, didapatkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0.875, yang artinya instrumen penelitian yang digunakan bersifat reliabel dengan kategori sangat tinggi berdasarkan klasifikasi nilai reliabilitas.

b. Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada variabel kecemasan berbicara di depan umum, didapatkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0.927, yang artinya instrumen penelitian yang digunakan bersifat reliabel

dengan kategori sangat tinggi berdasarkan klasifikasi nilai reliabilitas.

G. Analisis Data

Analisis data adalah metode yang digunakan untuk menganalisis data yang telah didapat sebelumnya melalui pengumpulan data serta membuat kesimpulan dalam pengolahan data dalam penelitian (Sugiyono, 2016). Dalam penelitian ini, pengolahan data yang telah didapat sebelumnya dibantu dengan aplikasi *IBM SPSS 25 for Windows*. Berikut adalah beberapa bentuk analisis data yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini:

1. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan untuk melihat apakah data yang diperoleh melalui penelitian yang telah dilakukan terhindar dari *sampling error* atau tidak. Berikut jenis jenis dari uji asumsi dalam penelitian ini:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas memiliki tujuan untuk mengetahui penyebaran skor pada variabel yang ada, apakah dalam model regresi memiliki penyebaran yang normal atau tidak serta membuktikan bahwa sampel dalam penelitian mampu mewakili populasi yang ada dan dapat megeneralisasikannya (Widhiarso, 2012). Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan *Kolmogrov-Sminorv Test* dengan melihat hasil nilai signifikansi $p > 0.05$ maka data dapat dikatakan memiliki distribusi atau penyebaran yang normal dan sebaliknya jika $p < 0.05$ maka data penelitian dapat dikatakan error.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui bahwa masing masing variabel dalam penelitian memiliki hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Pengujian menggunakan *IBM SPSS 25*

for Windows dengan *test for linearity* dengan melihat nilai signifikansinya, jika nilai signifikansi $p > 0.05$ maka dianggap linear.

2. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif merupakan analisis statistik yang bertujuan untuk menganalisa data dengan cara mendeskripsikan atau menjabarkan data yang telah didapat sebelumnya tanpa memiliki maksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2016). Terdapat beberapa tahapan dalam melakukan analisis deskriptif dalam penelitian ini, yaitu:

a. Mean Hipotetik

Untuk mencari *mean* hipotetik, digunakanlah rumus dengan sebagai berikut:

$$\mu = \frac{1}{2} (i_{\max} + i_{\min}) \sum k$$

Keterangan:

μ : *Mean* hipotetik

i_{\max} : Skor tertinggi aitem

i_{\min} : Skor terendah aitem

\sum : Jumlah seluruh aitem

b. Standar Deviasi

Untuk mencari standar deviasi, digunakanlah rumus dengan sebagai berikut:

$$\sigma = \frac{1}{6} (X_{\max} - X_{\min})$$

Keterangan:

σ : Standar deviasi hipotetik

X_{Max} : Nilai maksimal aitem

X_{Min} : Nilai minimal aitem

c. Kategorisasi Data

Setelah nilai *mean* dan standar deviasi hipotetik di dapatkan, maka langkah selanjutnya yaitu kategorisasi data. Kategorisasi data bertujuan untuk mengelompokkan data sesuai dengan tingkat kategorisasi yang sesuai dengan norma. Terdapat tiga tingkatan kategorisasi yaitu tinggi, sedang dan rendah. Berikut, rumus dan norma dari kategorisasi data:

Tabel 3.8 Kategorisasi Data

| No. | Kategori | Rumus |
|-----|----------|-----------------------------------|
| 1. | Tinggi | $X > (M + 1SD)$ |
| 2. | Sedang | $(M - 1SD) \leq X \leq (M + 1SD)$ |
| 3. | Rendah | $X < (M - 1SD)$ |

d. Analisa Prosentase

Analisis prosentase digunakan oleh peneliti sebagai teknik analisa dalam mendeskripsikan data yang diperoleh dari skala dalam bentuk presentase. Rumus analisis presentase, sebagaimana berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100 \%$$

Keterangan:

P: Prosentase

f: Frekuensi

N: Jumlah Subjek

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis bertujuan untuk mengetahui apakah hipotesis yang dimiliki peneliti diterima atau tidak. Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana untuk uji hipotesis. Teknik analisis regresi linier sederhana bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen serta hubungan antar variabel apakah memiliki hubungan yang positif atau negatif. Berikut rumus dari analisis regresi linier sederhana:

$$Y = a + b \cdot X$$

Keterangan:

Y : Variabel dependen

X : Variabel independen

a : Konstanta

b : Koefisien regresi

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang merupakan salah satu Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri (PTKIN) yang berada di Indonesia serta dinaungi oleh Kementrian Agama Indonesia (Kemenag). Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berdiri berdasarkan Surat Keputusan Presiden No. 50 tanggal 21 Juni 2004. Secara kelembagaan, sampai saat ini Universitas ini memiliki 6 (enam) fakultas Program Sarjana yaitu (1) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, menyelenggarakan Jurusan Pendidikan Agama Islam (PAI), Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS) dan Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI), (2) Fakultas Syari'ah, menyelenggarakan Jurusan al- Ahwal al-Syakhshiyah dan Hukum Bisnis Syari'ah, (3) Fakultas Humaniora, menyelenggarakan Jurusan Bahasa dan Sastra Arab dan Jurusan Bahasa dan Sastra Inggris, dan Jurusan Pendidikan Bahasa Arab, (4) Fakultas Ekonomi, menyelenggarakan Jurusan Manajemen, Akuntansi, Perbankan Syariah, (5) Fakultas Psikologi dan (6) Fakultas Sains dan Teknologi, menyelenggarakan Jurusan Matematika, Biologi, Fisika, Kimia, Teknik Informatika, Teknik Arsitektur dan Farmasi.

Ciri khusus lain dari Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang adalah universitas merupakan implikasi dari model pengembangan keilmuannya adalah keharusan bagi seluruh mahasiswa untuk menguasai Bahasa Arab dan Bahasa Inggris. Melalui Bahasa Arab, diharapkan mereka mampu melakukan kajian Islam melalui sumber aslinya, yaitu al – Qur'an dan hadits, dan melalui Bahasa Inggris mereka diharapkan mampu mengkaji ilmu ilmu umum dan modern, selain sebagai piranti komunikasi global. Karena itu pula, Universitas ini disebut bilingual University. Untuk mencapai maksud tersebut, dikembangkan ma'had atau pesantren kampus di mana seluruh mahasiswa tahun pertama harus tinggal di ma'had. Karena itu, pendidikan di

Universitas ini merupakan sintesis antara tradisi universitas dan ma'had atau pesantren.

Melalui model pendidikan semacam itu, diharapkan akan lahir lulusan yang berpredikat ulama yang intelek professional dan tau intelek professional yang ulama. Ciri utama sosok lulusan demikian adalah tidak saja menguasai disiplin ilmu masing masing sesuai pilihannya, tetapi juga menguasai al-Qur'an dan hadis sebagai sumber utama ajaran Islam. Dengan visi menjadi Universitas Islam terkemuka dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat untuk menghasilkan lulusan yang memiliki kedalaman spiritual, keagungan akhlak, keluasan ilmu dan kematangan profesional dan menjadi pusat pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni yang bernafaskan Islam serta menjadi penggerak kemajuan masyarakat.

Dari keharusan tersebut, dibentuklah Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab (PKPBA) pada tahun 1997 dan Program Khusus Pengembangan Bahasa Inggris (PKPBI) pada tahun 2000. Pendirian PKPBA dan PKPBI didasari pada keprihatinan atas rendahnya kemampuan berbahasa Arab dan berbahasa Inggris para mahasiswa di Lingkungan Universitas Islam. Kemampuan penguasaan terhadap Bahasa Arab dan Inggris dianggap hal penting yang harus dimiliki oleh setiap mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab (PKPBA) adalah program yang bertanggung jawab penuh dalam mengembangkan kemampuan mahasiswa berbahasa Arab aktif. Kurikulum PKPBA dirancang dan diarahkan pada pengembangan kompetensi komunikasi (*al kifayah al ittishaliyah*) yang mencakup empat keterampilan berbahasa yaitu mendengar (*maharah al-istima'*), berbicara (*maharah al-kitabah*). Kompetensi tersebut dimaksudkan untuk membekali mahasiswa agar dapat berkomunikasi dengan *native speaker* asli dalam berbagai konteks sosial dan kesempatan, dengan menggunakan ungkapan-ungkapan yang dapat diterima baik lisan maupun tulis. Untuk mencapai kompetensi tersebut maka Program Khusus Pengembangan Bahasa

Arab ditempuh mahasiswa selama dua semester atau setara dengan 320 kali tatap muka.

Seiring dengan perkembangan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang memiliki visi terwujudnya pendidikan tinggi integrative dalam memadukan *sains* dan Islam yang bereputasi internasional, atau dengan kata lain menjadikan studi Islam sebagai bagian dari integrasi antara ilmu agama dan ilmu umum sesuai disiplin keilmuan mahasiswa. Maka untuk mewujudkan visi tersebut kurikulum PKPBA dikembangkan tidak hanya pada ranah peningkatan komunikasi mahasiswa namun juga diarahkan pada ranah kompetensi mahasiswa dalam memahami dan mengkaji Al-Qur'an, Al-Hadits dan buku buku keislaman.

Visi dari Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab ini yaitu menjadi Pusat Pengembangan Bahasa Arab terdepan dalam menyelenggarakan pendidikan, pelatihan, penerjemahan, penelitian dan pengabdian masyarakat dengan Misi sebagai berikut, (1) menyelenggarakan pembelajaran Bahasa Arab bagi civitas akademika Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dan masyarakat umum, (2) memberikan pelatihan Bahasa Arab kepada civitas akademika Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dan masyarakat umum, (3) memberikan pelayanan pengujian dan penerjemahan Bahasa Arab kepada civitas akademika Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dan masyarakat umum, (4) melakukan penelitian dan pengabdian masyarakat dalam bidang pembelajaran Bahasa Arab (5) menyelenggarakan pembelajaran Bahasa Arab bagi mahasiswa Asing di lingkungan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dan masyarakat umum.

B. Pelaksanaan Penelitian

1. Tempat dan Waktu

Pengambilan data penelitian dilakukan oleh peneliti menggunakan kuesioner atau angket yang telah disusun sebelumnya yang kemudian disebar secara online melalui penyebaran *Google Form*

kepada mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/ 2022. Penelitian dilakukan selama 5 hari yaitu dimulai dengan pengambilan data uji coba pada tanggal 06 April 2022, diteruskan dengan pengambilan data menggunakan *form* setelah uji coba pada tanggal 08 April 2022 hingga tanggal 10 April 2022

2. Jumlah Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi Tahun Ajaran 2021/2022 dengan jumlah mahasiswa 258 yang kemudian diambil sampel atas populasi tersebut menggunakan teknik *random sampling* dan mendapatkan jumlah sampel sebanyak 72 mahasiswa Program Khusus pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi Tahun Ajaran 2021/ 2022

C. Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

a) Uji Normalitas

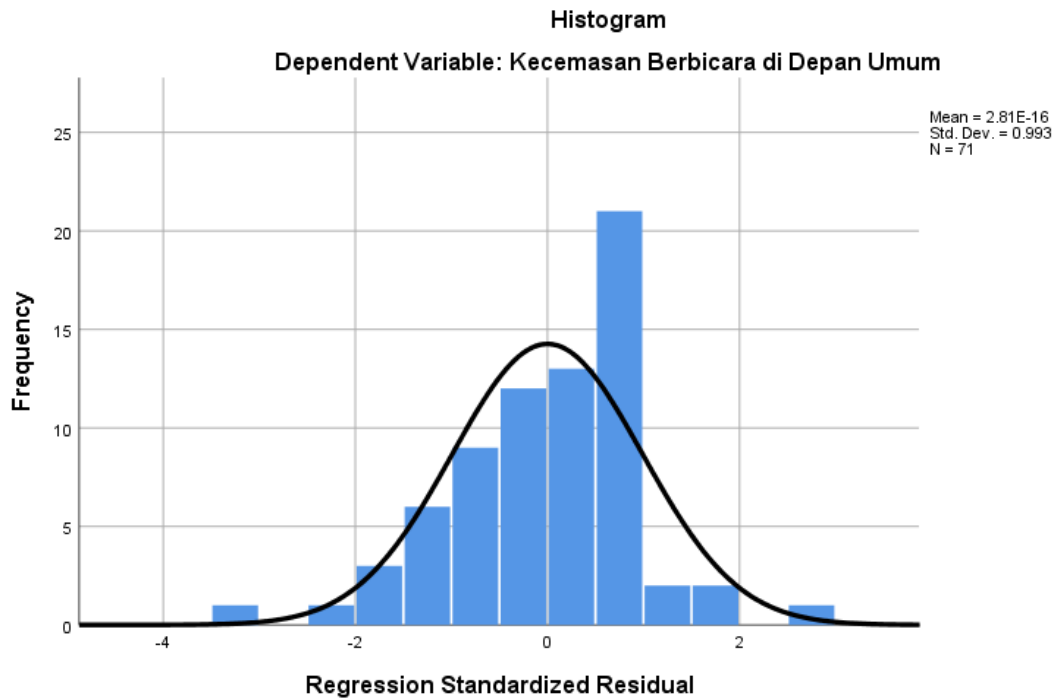
Uji normalitas memiliki tujuan untuk mengetahui penyebaran skor pada variabel yang ada, apakah dalam model regresi memiliki penyebaran yang normal atau tidak serta membuktikan bahwa sampel dalam penelitian mampu mewakili populasi yang ada dan dapat megeneralisasikannya (Widhiarso, 2012). Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan *Kolmogrov-Sminorv Test* dengan melihat hasil nilai signifikansi $p > 0.05$ maka data dapat dikatakan memiliki distribusi atau penyebaran yang normal dan sebaliknya jika $p < 0.05$ maka data penelitian dapat dikatakan error.

Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas

| <i>One – Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i> | |
|---|--------------------------------|
| | <i>Unstandardized Residual</i> |
| N | 71 |
| <i>Test Statistic</i> | .090 |
| <i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i> | .200 ^{c,d} |

Keterangan: Tes Berdistribusi Normal

Pada tabel hasil uji normalitas diketahui bahwa nilai residual dalam skala penelitian mempunyai nilai signifikansi $0,200 > 0,05$ yang memiliki arti yaitu data penelitian yang telah didapatkan merupakan data yang berdistribusi dengan normal. Selain menggunakan tabel *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* untuk melihat data dapat berdistribusi normal atau tidak, grafik histogram juga bisa melihat data yang sudah di dapat berdistribusi dengan normal atau tidak, sebagai berikut:



Gambar 4.1 Histogram

Berdasarkan sebaran data yang terdapat dalam *histogram* dan dengan melihat grafik yang dihasilkan, maka dapat diketahui bahwa data yang terdapat dalam penelitian merupakan data yang berdistribusi secara normal.

b) Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui bahwa masing-masing variabel dalam penelitian memiliki hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Pengujian menggunakan *IBM SPSS 25 for Windows* dengan *test for linearity* dengan melihat nilai signifikansinya, jika nilai signifikansi $p > 0.05$ maka dianggap linear.

Tabel 4.2 Uji Linieritas

| Kecemasan | Tabel Nilai F | Sig |
|--------------------------------|---------------------------------|------|
| Berbicara di Depan Umum* | <i>Deviation from Linearity</i> | .282 |
| Efikasi Diri | | |

Dari tabel hasil uji linieritas di atas, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi variabel kecemasan berbicara di depan umum terhadap efikasi diri sebesar 0.282 yang artinya hubungan diantara kedua variabel tersebut bersifat linier dikarenakan nilai signifikansi $0.288 > 0.05$.

2. Analisis Deskriptif

a) Deskripsi Sampel

Tabel 4.3 Frekuensi Sampel Berdasarkan Asal Sekolah

| Asal Sekolah | Frekuensi | Persentase |
|--------------|-----------|-------------|
| MA | 14 | 20% |
| MAN | 15 | 21% |
| MAS | 4 | 6% |
| PONPES | 6 | 8% |
| SMA | 27 | 38% |
| SMAN | 2 | 3% |
| SMAK | 3 | 4% |
| Total | 71 | 100% |

Dari tabel di atas dipaparkan bahwa terdapat 38% dengan frekuensi 27 responden berasal dari lulusan SMA, 21% dengan frekuensi 15 responden berasal dari lulusan MAN, 20% dengan frekuensi 14 responden berasal dari lulusan MA, 8% dengan frekuensi 6 responden berasal dari lulusan pondok pesantren, 6% dengan frekuensi 4 responden berasal dari lulusan MAS, 4% dengan frekuensi 3 responden berasal dari lulusan SMAK dan 3% dengan frekuensi 2 responden berasal dari lulusan SMAN.

Tabel 4.4 Frekuensi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin

| Jenis Kelamin | Frekuensi | Persentase |
|----------------------|------------------|-------------------|
| Laki-Laki | 20 | 28% |
| Perempuan | 51 | 72% |
| Total | 71 | 100% |

Dari tabel di atas dipaparkan bahwa terdapat 72% dengan frekuensi 51 responden berjenis kelamin perempuan dan 28% dengan frekuensi 20 responden berjenis kelamin laki-laki.

Tabel 4.5 Frekuensi Sampel Berdasarkan Usia

| Usia | Frekuensi | Persentase |
|--------------|------------------|-------------------|
| 18 | 24 | 34% |
| 19 | 38 | 54% |
| 20 | 9 | 13% |
| Total | 71 | 100% |

Dari tabel di atas dipaparkan bahwa terdapat 54% dengan frekuensi 38 responden yang memiliki usia 19 tahun, 34% dengan frekuensi 24 responden yang memiliki usia 18 tahun, dan 13% dengan frekuensi 9 responden yang memiliki usia 20 tahun.

b) Skor Hipotetik

Pencarian dan penggunaan skor hipotetik dalam penelitian adalah untuk membuat kategorisasi data dalam penelitian yang dilakukan, skor hipotetik dalam penelitian ini, sebagaimana berikut :

Tabel 4.6 Skor Hipotetik

| Variabel | Max | Min | Mean | SD |
|-----------------------------------|------------|------------|-------------|-----------|
| Efikasi Diri | 36 | 9 | 22,5 | 4,5 |
| Kecemasan Berbicara di Depan Umum | 108 | 27 | 67,5 | 13,5 |

Berikut pemaparan skor hipotetik :

- 1) Skala kecemasan berbicara di depan umum memiliki aitem yang berjumlah 27 dengan penilaian skala tertinggi 4 dan skala terendah 1. Berdasarkan tabel skor hipotetik diatas, nilai Max pada variabel kecemasan berbicara di depan umum sebesar 108 dan nilai Min sebesar 27 dengan nilai Mean sebesar 67,5. Dengan berdasarkan data tersebut, maka didapatkanlah nilai Standar Deviasi (SD) sebesar 13,5.
 - 2) Skala Efikasi diri memiliki aitem yang berjumlah 9 dengan penilaian skala tertinggi 4 dan skala terendah 1. Berdasarkan tabel skor hipotetik diatas, nilai Max pada variabel Efikasi Diri sebesar 36 dan nilai Min sebesar 9 dengan nilai Mean sebesar 22,5. Dengan berdasarkan data tersebut, maka didapatkan lah nilai Standar Deviasi (SD) sebesar 4,5.
- c) Deskripsi Kategorisasi Data
- Nilai skor mean hipotetik yang telah didapatkan pada perhitungan skor pada tabel hipotetik ditujukan untuk mengetahui kategorisasi pada setiap variabel dalam

penelitian, dengan mengacu pada norma yang telah berlaku, seperti berikut:

Tabel 4.7 Norma Kategorisasi

| No | Kategori | Rumus |
|----|----------|-----------------------------------|
| 1 | Rendah | $X < (M - 1.SD)$ |
| 2 | Sedang | $(M - 1SD) \leq X \leq (M + 1SD)$ |
| 3 | Tinggi | $X > (M + 1.SD)$ |

Setelah skor disesuaikan dengan kategori norma yang telah ada, maka skor akan dikategorisasikan menjadi rendah, sedang dan tinggi sesuai dengan variabel yang ada dalam penelitian, kategorisasi variabel dalam penelitian ini sebagaimana berikut:

1) Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Penilaian kategori pada variabel kecemasan berbicara di depan umum dapat dideskripsikan melalui rumus, sebagaimana berikut:

a) Rendah = $X < (M - 1.SD)$

$$= X < (67,5 - 13,5)$$

$$= X < 54$$

b) Sedang = $(M - 1SD) \leq X \leq (M + 1SD)$

$$= (67,5 - 13,5) \leq X \leq (67,5 + 13,5)$$

$$= 54 \leq X \leq 81$$

c) Tinggi = $X > (M - 1.SD)$

$$= X > (67,5 + 13,5)$$

$$= X > 81$$

Berdasarkan hasil perhitungan diatas, maka kategorisasi pada variabel kecemasan berbicara di depan umum, sebagaimana berikut:

Tabel 4.8 Kategorisasi Kecemasan Berbicara di Depan Umum

| Kategori | Kriteria | Frekuensi | Persentase |
|---------------|---------------------|-----------|-------------|
| Rendah | $X < 54$ | 13 | 18,3 % |
| Sedang | $54 \leq X \leq 81$ | 31 | 43.7 % |
| Tinggi | $X > 81$ | 27 | 38 % |
| Total | | 71 | 100% |

Pada tabel uji kategorisasi diatas dapat diketahui bahwa sebanyak 13 responden memiliki tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang rendah, 31 responden memiliki tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang sedang, dan 27 responden memiliki tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang tinggi. Sehingga secara umum dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi berada pada kategori sedang menuju tinggi.

2) Efikasi Diri

Nilai kategori pada variabel efikasi diri dapat dideskripsikan melalui rumus, sebagaimana berikut:

$$a) \text{ Rendah} = X < (M - 1.SD)$$

$$= X < (22,5 - 4,5)$$

$$= X < 18$$

$$b) \text{ Sedang} = (M - 1.SD) \leq X \leq (M + 1.SD)$$

$$= (22,5 - 4,5) \leq X \leq (22,5 + 4,5)$$

$$= 18 \leq X \leq 27$$

$$\begin{aligned} \text{c) Tinggi} &= X > (M + 1.SD) \\ &= X > (22,5 + 4,5) \\ &= X > 27 \end{aligned}$$

Berdasarkan hasil perhitungan diatas, maka kategorisasi pada variabel efikasi diri, sebagaimana berikut:

Tabel 4.9 Kategorisasi Efikasi Diri

| Kategori | Kriteria | Frekuensi | Persentase |
|--------------|---------------------|-----------|-------------|
| Rendah | $X < 18$ | 25 | 35,2% |
| Sedang | $18 \leq X \leq 27$ | 32 | 45,1% |
| Tinggi | $X > 27$ | 14 | 19,7% |
| Total | | 71 | 100% |

Pada tabel uji kategori diatas dapat diketahui bahwa sebanyak 25 responden memiliki tingkat efikasi diri yang rendah, 32 responden memiliki tingkat efikasi diri yang sedang, dan 14 responden memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi. Sehingga secara umum dapat disimpulkan bahwa tingkat efikasi diri pada mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi berada pada kategori sedang menuju rendah.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan salah satu bagian penting dalam penelitian yang ditujukan untuk menganalisis hubungan antara variabel dependen dan variabel independen. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan bantuan dari aplikasi *IBM SPSS 25.00 for windows*. Apabila variabel mempunyai pengaruh nilai signifikansi $p < 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwa terdapat pengaruh yang

signifikan antara variabel satu dengan variabel lainnya. Berikut tabel pemaparan hasil uji hipotesis penelitian ini:

Tabel 4.10 Korelasi

| Variabel | Korelasi | Hasil Korelasi |
|---|----------------------------|----------------|
| Efikasi diri terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum | <i>Pearson Correlation</i> | -.823 |

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diketahui bahwa variabel efikasi diri memiliki pengaruh negatif terhadap variabel kecemasan berbicara di depan umum dengan nilai hasil sebesar -0.823 . Sehingga dapat diketahui bahwa pengaruh yang diberikan efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum bersifat negatif. dengan berdasarkan data tersebut, maka dapat diketahui terkait sumbangan pengaruh yang diberikan efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum melalui tabel dibawah ini:

Tabel 4.11 Nilai *R Square*

| Model | R | <i>R Square</i> |
|-------|------|-----------------|
| 1 | .823 | 0.677 |

Berdasarkan tabel diatas, nilai *R Square* yang didapatkan melalui bantuan *output* dari hasil analisis melalui aplikasi *IBM SPSS 25.00 for windows* sebesar nol koma enam tujuh tujuh (0.677), maka dapat diketahui bahwa efikasi diri memiliki sumbangan pengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum sebesar 67,7% dan 32.3% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diikutsertakan dalam penelitian ini. Sehingga dengan berdasarkan tabel nilai

korelasi dan nilai *R Square* diatas, maka dapat diketahui nilai koefisien efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum sebagaimana berikut:

Tabel 4.12 Koefisien

| Variabel Independen | Variabel Dependent | Sig. |
|----------------------------|-----------------------------------|-------------|
| Efikasi Diri | Kecemasan Berbicara di Depan Umum | 0.000 |

Berdasarkan output tabel diatas dapat dijelaskan bahwa nilai signifikansi variabel efikasi diri terhadap variabel kecemasan berbicara di depan umum yaitu sebesar $0.000 < 0.05$ sehingga dapat diketahui bahwa variabel efikasi diri yang merupakan variabel independen memiliki pengaruh terhadap variabel kecemasan berbicara di depan umum yang merupakan variabel dependen, dan pengaruh yang diberikan tersebut bersifat signifikan berdasarkan hasil dari nilai koefisien tersebut.

Hasil analisis uji hipotesis tersebut dapat dideskripsikan sebagai berikut:

1) Analisis pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum:

Berdasarkan hasil analisis pada uji hipotesis, didapatkan hasil signifikansi dengan nilai $0.000 < 0.05$ sehingga dapat dipaparkan bahwa tingkat efikasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa memiliki pengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa tersebut.

2) Analisis bentuk pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum:

Berdasarkan hasil analisis uji hipotesis pada bagian korelasi variabel penelitian didapatkan nilai korelasi -0.823 . Sehingga dapat dipaparkan berdasarkan nilai korelasi tersebut, efikasi diri memiliki pengaruh yang bersifat negatif terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa.

3) Analisis sumbangan pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum:

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, didapatkan nilai 0.677 . Sehingga dapat dipaparkan, bahwa efikasi diri memiliki pengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum sebesar $67,7\%$.

Kesimpulan yang didapatkan berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, maka dapat diketahui bahwa hipotesis terdapat pengaruh negatif antara efikasi diri (X) terhadap kecemasan berbicara di depan umum (Y) dapat diterima.

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian diatas, maka dapat dijelaskan hasil dari penelitian pada tiap variabel, sebagaimana berikut:

1. Tingkat kecemasan berbicara di depan umum (*public speaking anxiety*) mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi Tahun Ajaran 2021/2022.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang dialami oleh sebagian besar mahasiswa terdapat dikategori sedang dan kategori tinggi yaitu 43.7% mahasiswa berada pada tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang sedang dan 38% mahasiswa memiliki tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum yang dialami oleh mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/2022 berada pada kategori sedang hingga tinggi.

Di dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh Rusman dan Nasution (2021) mengatakan bahwa sebanyak 34,96% dari seluruh responden (mahasiswa) mengalami kecemasan berbicara di depan umum dan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Amali dan Laili (2020) mengatakan bahwa berdasarkan siklus pertama terdapat 6 siswa yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum dengan tingkatan sedang, 16 siswa mengalami kecemasan berbicara di depan umum dengan tingkatan tinggi dan 10 siswa mengalami kecemasan berbicara di depan umum dengan tingkatan sangat tinggi.

Kecemasan berbicara di depan umum yang dialami oleh mahasiswa ini dikarenakan oleh beberapa faktor. Perasaan cemas saat mulai berbicara di depan umum adalah hal yang hampir pasti oleh semua orang, bahkan seseorang yang telah berpengalaman berbicara di depan umum pun tidak terlepas dari perasaan cemas, namun banyak orang yang mengabaikan perasaan cemas tersebut. Menurut Rusman & Nasution (2021), cemas menjadi alasan terbesar bagi seseorang ketika berbicara di depan umum yang mengakibatkan adanya ketakutan. Hal ini dapat dilihat melalui gerakan-gerakan fisik, yang ditampilkan. Oleh sebab itu, menghilangkan kecemasan dapat dilakukan dengan selalu berpikiran positif dan tidak membuat standar yang tinggi pada diri sendiri serta dapat dilakukan dengan meluruskan niat dengan tidak mengharapkan apapun atau tidak mengkhawatirkan apapun yang artinya yakin dengan kemampuan diri sendiri.

Menurut penelitian Bukhori (2016), kecemasan berbicara di depan umum dapat dialami oleh semua orang tak terkecuali mahasiswa. Kecemasan tersebut memiliki pengaruh negatif pada diri seorang mahasiswa baik ketika masih duduk dibangku kuliah maupun ketika sudah lulus kelas. Seseorang dengan kecemasan berbicara di depan umum, kendati sudah lulus dan memiliki ijazah, dimungkinkan akan mengalami kendala dalam melamar pekerjaan tertentu, terlebih

pekerjaan yang menekankan pada kemampuan atau keahlian berbicara di depan orang banyak. Menurut Muslimin (2013), kecemasan berbicara di depan umum merupakan gejala psikologis yang pastinya terjadi pada setiap mahasiswa. Namun apabila terjadi kecemasan yang berlebihan, maka menghasilkan pengaruh negatif pada diri mahasiswa, salah satunya bidang akademik.

2. Tingkat efikasi diri (*self-efficacy*) mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/2022.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat efikasi diri yang dimiliki oleh sebagian besar mahasiswa tersebut terdapat dikategori rendah dan kategori sedang. Terdapat 35.2% mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri dalam kategori rendah dan 45.1 % mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri dalam kategori sedang. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa, mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/2022 memiliki tingkat efikasi diri dengan kategori sedang menuju rendah. Adanya perbedaan tingkat efikasi diri pada mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi dipengaruhi oleh beberapa faktor.

Menurut Bandura (1997), ada beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat efikasi diri pada individu, yaitu yang pertama adalah budaya. Budaya mempengaruhi efikasi diri melalui nilai, kepercayaan dan proses pengaturan diri yang berfungsi sebagai sumber penilaian efikasi diri dan juga sebagai konsekuensi dari keyakinan akan efikasi diri. Kemudian, jenis kelamin yang dimana perbedaan gender juga berpengaruh terhadap efikasi diri. Hal ini dibuktikan dari penelitian Bandura (1997) yang mengatakan bahwa wanita memiliki efikasi lebih tinggi dalam mengelola perannya dibandingkan dengan laki laki. Kemudian, sifat dari tugas yang dihadapi. Tingkat kompleksitas dari

kesulitan tugas yang dihadapi oleh individu akan mempengaruhi penilaian individu tersebut terhadap kemampuan dirinya sendiri, semakin kompleks suatu tugas yang dihadapi oleh individu maka akan semakin rendah individu tersebut menilai kemampuannya dan begitupun sebaliknya.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi efikasi diri pada individu adalah insentif yang diperolehnya, yaitu insentif yang diberikan oleh orang lain yang merefleksikan keberhasilan seseorang. Insentif ini bisa juga dikatakan sebagai *reward* atau *benefit*, benefit apa yang akan didapat oleh individu tersebut ketika berhasil melaksanakan atau melakukan tugas tersebut. Faktor lainnya yaitu pengalaman dimana efikasi diri terbentuk sebagai suatu proses adaptasi dan pembelajaran yang ada dalam situasi dimana individu bekerja. Semakin lama seseorang bekerja maka semakin tinggi efikasi diri yang dimilikinya, tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa efikasi diri yang dimiliki individu tersebut akan menurun atau tetap. Kemudian faktor tingkat pendidikan pada individu. Efikasi diri terbentuk melalui proses belajar yang dapat diterima individu pada tingkat pendidikan formal. Individu yang memiliki jenjang yang lebih tinggi biasanya memiliki efikasi diri yang lebih tinggi karena lebih banyak belajar dan menerima pengetahuan melalui pendidikan formal, serta memiliki banyak kesempatan untuk belajar mengatasi persoalan-persoalan dalam hidupnya. Kemudian faktor yang terakhir yaitu informasi tentang kemampuan diri. Individu yang memperoleh informasi positif mengenai dirinya maka akan meningkatkan efikasi dirinya, sedangkan individu yang memperoleh informasi negatif mengenai dirinya maka akan menurunkan efikasi dirinya.

3. Pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/ 2022.

Berdasarkan analisis hasil penelitian yang dilakukan pada 71 sampel mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/2022 menunjukkan terdapat pengaruh yang negatif diantara variabel efikasi diri sebagai variabel independen dengan variabel kecemasan berbicara di depan umum sebagai variabel dependen. Berdasarkan hasil nilai uji t didapatkan nilai hitung $t = -12.037$, sehingga dapat diketahui bahwa pengaruh yang diberikan efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum bersifat negatif yang signifikan, artinya semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa tersebut, begitupun sebaliknya semakin rendah tingkat efikasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa maka semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa tersebut.

Hasil penelitian ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Jendra & Sugiyo (2020), yang mengatakan bahwa pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum menunjukkan skor yang berarah negatif yang artinya terdapat pengaruh negatif yang signifikan pada efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Pengaruh negatif berarti bahwa semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah kecemasan tersebut muncul begitupun sebaliknya

Kemudian hasil penelitian yang dilakukan Nurhasanah (2021) mengatakan bahwa terdapat korelasi yang negatif antara *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum. Pada hasil penelitian tersebut didapatkan hasil korelasi ($r = -0,647$ dan $p \text{ value} < 0,001$) yang artinya terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara variabel kecemasan berbicara di depan umum dengan efikasi diri. Begitu pula dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ananda dan Suprihatin (2019) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum.

Efikasi diri atau *self efficacy* sangat erat kaitannya dengan kecemasan berbicara di depan umum, seseorang pasti akan mengalami suatu kekhawatiran akibat belum adanya kesiapan atau bahkan sudah siap ketika menghadapi kegiatan berbicara di depan umum. Kekhawatiran hal tersebut adalah hal yang normal, tetapi kekhawatiran ini menjadi tidak wajar ketika seseorang menjadi khawatir yang berlebihan seperti mengeluarkan keringat dingin secara tiba tiba, atau tiba tiba merasa tidak mampu untuk melakukan sesuatu, jantung berdetak dengan kencang, gugup dan sebagainya. Dalam keadaan tersebut efikasi diri sangat berpengaruh dalam mengatasi kekhawatiran dalam berbicara, dimana seseorang yang yakin dengan kemampuan yang dia miliki maka seseorang tersebut akan kecil kemungkinan untuk mengalami kekhawatiran berbicara di depan umum, dan begitupun sebaliknya, apabila seseorang tersebut memiliki efikasi diri yang rendah maka akan besar kemungkinan seseorang tersebut mengalami kekhawatiran atau kecemasan ketika berbicara di depan umum (D. Lynn, 2003).

Penelitian Warren (2011) juga menemukan bahwa efikasi diri dapat mempengaruhi untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan umum pada individu. Efikasi diri yang tinggi dapat memberikan motivasi pada masing masing individu sehingga mereka merasa percaya diri untuk berbicara di depan umum serta kondisi ini menyebabkan individu tersebut mampu untuk menguasai para audiens saat berbicara di depan umum. Ini sejalan dengan hasil analisis nilai *R Square* pada penelitian ini yang mendapatkan hasil sebesar (0.677) yang berarti efikasi diri memiliki sumbangan pengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum sebesar 67,7% dan 32,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor faktor lain yang tidak diikutsertakan dalam penelitian ini. Ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Riani dan Rozali (2014) mengatakan bahwa tingkat efikasi diri dapat memberikan pengaruh pada individu terkait kecemasan pada individu dalam menghadapi tugasnya.

Mahasiswa mudah menyerah tanpa melakukan usaha terlebih dahulu ketika dihadapkan pada tugas presentasi, pesimis hanya bahwa dirinya tidak mampu melakukan tugas presentasi, takut menghadapi resiko ketika presentasi berlangsung dan merasa tidak mampu melakukan tugas presentasi seperti teman teman lainnya. Hal inilah yang membuat mahasiswa dengan efikasi diri yang rendah menjadi takut dan cemas setiap menghadapi tugas presentasi atau tugas untuk berbicara di depan umum.

Kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya yaitu factor dari tingkat efikasi diri, menurut Utomo (2012) faktor efikasi diri, ditandai dengan adanya keyakinan diri dalam menghadapi situasi yang tidak menentu, keyakinan mencapai target, menumbuhkan motivasi dalam mengatasi tantangan yang muncul. Efikasi diri yang dimiliki mahasiswa dalam melaksanakan tugas tugas akademik terkait dengan berbicara di depan umum membuat mahasiswa tidak merasa cemas. Ini karena kecemasan berbicara di depan umum yang ada ditekan dengan adanya keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki mahasiswa dalam mengatasi tantangan kecemasan yang ada yang dimana keyakinan ini didasari oleh batas batas kemampuan yang dirasakan akan menuntut seseorang untuk berperilaku secara mantap dan efektif.

Berdasarkan penelitian Haryanthi dan Tresniasari (2012) menemukan bahwa situasi berbicara di depan umum dalam lingkup akademis adalah situasi yang paling ditakuti dan dihindari, dengan *prevalensi* 7-13% (gangguan kecemasan tertinggi). Kecemasan berbicara di depan umum dipengaruhi oleh berbagai faktor yang salah satunya yaitu efikasi diri. Hasil penelitian dari Deviyanthi dan Widiasavitri (2016), menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa psikologi di Bali mengalami kecemasan pada tingkat sedang dengan jumlah prosentase sebesar 51.8% ketika berbicara di depan umum.

Menurut Bandura (1997), efikasi diri berguna untuk mengontrol munculnya kecemasan. Hal ini sejalan dengan penelitian Wahyuni (2015), yang menunjukkan bahwa efikasi diri dapat digunakan sebagai predictor untuk memprediksi kecemasan berbicara di depan umum. Berdasarkan penelitian Deviyanthi dan Wideasavitri (2016), menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri individu maka kecemasan untuk berbicara di depan umum dalam akademik seperti mempresentasikan tugas di depan kelas pun akan semakin rendah, sebaliknya semakin rendah efikasi diri individu maka kecemasannya pun akan meningkat. Kemudian menurut hasil penelitian Riani & Yuli (2014) menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki korelasi yang signifikan dengan kecemasan berbicara di depan umum. Berdasarkan penjelasan pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi Tahun ajaran 2021/2022 penelitian ini ditujukan kepada mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri yang rendah dan penelitian ini bertujuan untuk menunjukkan betapa pentingnya tingkat efikasi diri dalam mempengaruhi proses pembelajaran akademik, contohnya dalam berbicara di depan umum seperti presentasi dan sebagainya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data pada penelitian yang dilakukan, yang berjudul pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi Tahun Ajaran 2021/ 2022 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka kesimpulan yang didapatkan adalah:

1. Tingkat kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/ 2022 yang didapat dalam penelitian ini yakni, 18.3% mahasiswa berada pada kategori rendah, 43.7% mahasiswa berada pada kategori sedang dan 38% mahasiswa berada pada kategori tinggi. Sehingga dapat diketahui bahwa tingkat kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/ 2022 berada pada kategori sedang hingga tinggi.
2. Tingkat efikasi diri mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/ 2022 yang didapat dalam penelitian yakni, 35.2% mahasiswa berada pada kategori rendah, 45.1% mahasiswa berada pada kategori sedang dan 19.7% berada pada kategori tinggi. Sehingga dapat diketahui bahwa tingkat efikasi diri mahasiswa Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab Fakultas Psikologi tahun ajaran 2021/ 2022 berada pada kategori sedang menuju rendah.
3. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, mendapat hasil bahwa pengaruh yang diberikan variabel efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum menghasilkan nilai t hitung negatif dengan nilai signifikan $0.000 > 0.05$ yang artinya terdapat pengaruh negatif yang signifikan. Selain itu, efikasi diri juga memberikan sumbangan

pengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum sebesar 67.7% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diikutsertakan dalam penelitian ini. Sehingga dapat diketahui bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum yang dialami begitupun sebaliknya ketika tingkat efikasi diri rendah maka semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum yang dialami.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, terdapat beberapa saran yang perlu oleh pihak lain perhatikan, dengan tujuan untuk mengembangkan topik penelitian yang telah dikaji atau untuk kegunaan lainnya, beberapa saran tersebut antara lain:

1. Bagi Subjek

Berdasarkan hasil penelitian diatas, perlu kiranya mahasiswa memperhatikan tingkat efikasi diri pada dirinya. Dikarenakan pentingnya dari pengaruh efikasi diri tersebut terhadap kelancaran akademik.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti memahami masih banyaknya kekurangan dalam proses penelitian yang dilakukan, sehingga diharapkan pada peneliti selanjutnya yang juga mengkaji terkait topik yang sama terkait efikasi diri dan kecemasan berbicara di depan umum untuk lebih mengkaji lebih luas dan juga bisa menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan tujuan untuk menambah ilmu pengetahuan dan menambah penelitian terbaru.

3. Bagi Pihak PKPBA

Berdasarkan hasil penelitian di atas, dapat diketahui bahwa terdapat beberapa mahasiswa Fakultas Psikologi yang berada di kelas Program Khusus Pengembangan Bahasa Arab mengalami kecemasan berbicara di depan umum dikarenakan tingkat efikasi diri nya yang rendah, oleh karena itu, sekiranya pihak PKPBA memberikan perhatian yang lebih terhadap mahasiswa tersebut sehingga Program Khusus ini nantinya

dapat diterapkan secara maksimal di seluruh kalangan civitas akademika
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Daftar Pustaka

- Alwisol. (2012). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Ananda, L. R., & Suprihatin, T. (2019). Hubungan Antara Berpikir Positif dan Efikasi Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Unissula. *Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula*.
- Anwar, I. (2010). *Hubungan Antara Self Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara*. Universitas Sumatera Utara.
- Azwar, S. (2007). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2018). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan Skala Psikologi (2nd ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bandura. (1997). *Self Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman and Company.
- Bandura. (2011). *Social Learning Theory*. Prentice-Hall.
- Bayhaqi, A. Z., Murdiana, S., & Ridfah, A. (2017). Metode Expressive Writing Untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*.
- Bodie, G. D. (2010). A Racing Heart, Rattling Knees, and Ruminative Thoughts: Defining, Explaining, and Treating Public Speaking Anxiety. *London Routledge*, 70-105.
- Carl C, B. (2000). *DSM - IV: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Washington DC: American Psychiatric Press Inc.
- Corsini, R. J. (2009). *Encyclopedia of Psychology 2nd Edition*. New York: John Wiley and Sons.
- Cresswell, J. (2019). *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Deviyanthi, & Wideasavitri. (2016). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Komunikasi dalam Mempresentasikan Tugas di Depan Kelas. *Jurnal Psikologi Udayana*, 342-353.
- Djayanti, W. (2015). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswi. *Jurnal Psikogenesis*, 187-198.
- Fatimah, N., Anward, H. H., & Mayangsari, M. D. (2021). Efikasi Diri dan Kepercayaan Diri Mahasiswa PGSD terkait Kecemasan Berbicara di Depan Umum. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 34-43.
- Gaiban, & Elmenfi. (2014). The Role of Gender in Influencing Public Speaking Anxiety. *International Journal of Gender and Women's Studies*, 105-116.
- Halgin, & Whitbourne. (2010). *Psikologi Abnormal (Perspektif Klinis Pada Gangguan Psikologis)*. Jakarta: Salemba Humanika.

- Haryanthi, L. P., & Tresniasari, N. (2012). Efektivitas Metode Terapi Ego State dalam Mengatasi kecemasan Berbicara di Depan Publik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *INSAN*.
- Kasih, D., & Sudarji, S. (2012). Hubungan Self Efficacy Terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia. *Psibernetika*.
- Lynn, D. (2003). *Mastering Public Speaking*. Yogyakarta: Luna Publisher.
- Monart, H., & Kase, L. (2007). *The Confident Speakers, Beat Your Nerves and Communicate at Your Best in Any Situation*. USA: McGraw-Hill.
- Muslim, K. (2013). Faktor Faktor yang Memengaruhi Kecemasan Berkomunikasi di Depan Umum (Kasus Mahasiswa Fakultas Dakwah INISNU Jepara). *Jurnal Interaksi*, 42-52.
- Myers, N. D. (2012). Development of and Initial Validity Evidence for, the Referee Self-Efficacy Scale: A Multistudy Report. *Journal of Sport and Exercise Psychology*.
- Nurhasanah. (2021). Self Efficacy dan Berpikir Positif Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 106-112.
- Nuzulia, S. (2010). Dinamika Stres Kerja, Self-Efficacy dan Strategi Coping. *Jurnal Psikologi*.
- Riani, & Yuli. (2014). Hubungan antara self efficacy dan kecemasan saat presentasi pada mahasiswa Universitas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi*, 1-9.
- Riani, W. S., & Rozali, Y. A. (2014). Hubungan Antara Self Efficacy dan Kecemasan Saat Presentasi Pada Mahasiswa Universitas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi*.
- Risnawati, R. (2010). *Teori Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media Group.
- Rogers. (2008). *Berani Bicara dan Cara Cepat Berpidato*. Bandung: Nuansa.
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self Efficacy Scale. *Measures in health psychology: A user's portofolio*, 35-37.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: PT. Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT. Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Utomo, H. (2012). *Hubungan antara Kematangan Emosi dan Self Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa*. Surabaya: Universitas Tujuh Belas Agustus.
- Wahyuni. (2015). Hubungan Self Efficacy dan Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum. *Jurnal Komunikasi Islam*, 52-82.
- Wahyuni, I. N. (2014). *Komunikasi Massa*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

- Warren, J. L. (2011). *The Relationship Between Service Learning and Public Speaking Self Efficacy: Toward Engaging Today's Undergraduates*. Lexington, Kentucky: University of Kentucky.
- Widhiarso, W. (2012). Tanya jawab tentang uji normalitas. *Fakultas Psikologi UGM*.

Lampiran 1 Hasil Uji Coba Skala Efikasi Diri

| | | Correlations | | | | | | | | | | |
|----------|---------------------|--------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|--------|
| | | VAR00001 | VAR00002 | VAR00003 | VAR00004 | VAR00005 | VAR00006 | VAR00007 | VAR00008 | VAR00009 | VAR00010 | TOTAL |
| VAR00001 | Pearson Correlation | 1 | .569** | .273 | -.186 | -.109 | .191 | -.082 | .101 | .101 | .089 | .355 |
| | Sig. (2-tailed) | | .001 | .151 | .334 | .574 | .321 | .671 | .604 | .603 | .647 | .059 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00002 | Pearson Correlation | .569** | 1 | .457* | .075 | .000 | -.050 | .104 | .270 | .382* | .202 | .592** |
| | Sig. (2-tailed) | .001 | | .013 | .700 | 1.000 | .795 | .590 | .157 | .041 | .292 | .001 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00003 | Pearson Correlation | .273 | .457* | 1 | .146 | -.101 | -.269 | .094 | -.022 | .375* | .165 | .389* |
| | Sig. (2-tailed) | .151 | .013 | | .450 | .601 | .158 | .629 | .912 | .045 | .392 | .037 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00004 | Pearson Correlation | -.186 | .075 | .146 | 1 | .162 | -.192 | .164 | .190 | .300 | -.066 | .333 |
| | Sig. (2-tailed) | .334 | .700 | .450 | | .401 | .319 | .396 | .324 | .114 | .733 | .077 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00005 | Pearson Correlation | -.109 | .000 | -.101 | .162 | 1 | .257 | .407* | .515** | .463* | .000 | .582** |
| | Sig. (2-tailed) | .574 | 1.000 | .601 | .401 | | .179 | .029 | .004 | .011 | 1.000 | .001 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00006 | Pearson Correlation | .191 | -.050 | -.269 | -.192 | .257 | 1 | .029 | .144 | -.178 | .419* | .355 |
| | Sig. (2-tailed) | .321 | .795 | .158 | .319 | .179 | | .882 | .457 | .355 | .024 | .059 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00007 | Pearson Correlation | -.082 | .104 | .094 | .164 | .407* | .029 | 1 | -.014 | .251 | -.166 | .414* |
| | Sig. (2-tailed) | .671 | .590 | .629 | .396 | .029 | .882 | | .941 | .189 | .389 | .026 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00008 | Pearson Correlation | .101 | .270 | -.022 | .190 | .515** | .144 | -.014 | 1 | .397* | .280 | .607** |
| | Sig. (2-tailed) | .604 | .157 | .912 | .324 | .004 | .457 | .941 | | .033 | .141 | .000 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00009 | Pearson Correlation | .101 | .382* | .375* | .300 | .463* | -.178 | .251 | .397* | 1 | -.063 | .618** |
| | Sig. (2-tailed) | .603 | .041 | .045 | .114 | .011 | .355 | .189 | .033 | | .745 | .000 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00010 | Pearson Correlation | .089 | .202 | .165 | -.066 | .000 | .419* | -.166 | .280 | -.063 | 1 | .433* |
| | Sig. (2-tailed) | .647 | .292 | .392 | .733 | 1.000 | .024 | .389 | .141 | .745 | | .019 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| TOTAL | Pearson Correlation | .355 | .592** | .389* | .333 | .582** | .355 | .414* | .607** | .618** | .433* | 1 |
| | Sig. (2-tailed) | .059 | .001 | .037 | .077 | .001 | .059 | .026 | .000 | .000 | .019 | |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------|---------------------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|--------|-------|--------|
| VAR00003 | Pearson Correlation | .273 | .457* | 1 | .146 | -.101 | -.269 | .094 | -.022 | .375* | .165 | .389* |
| | Sig. (2-tailed) | .151 | .013 | | .450 | .601 | .158 | .629 | .912 | .045 | .392 | .037 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00004 | Pearson Correlation | -.186 | .075 | .146 | 1 | .162 | -.192 | .164 | .190 | .300 | -.066 | .333 |
| | Sig. (2-tailed) | .334 | .700 | .450 | | .401 | .319 | .396 | .324 | .114 | .733 | .077 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00005 | Pearson Correlation | -.109 | .000 | -.101 | .162 | 1 | .257 | .407* | .515** | .463* | .000 | .582** |
| | Sig. (2-tailed) | .574 | 1.000 | .601 | .401 | | .179 | .029 | .004 | .011 | 1.000 | .001 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00006 | Pearson Correlation | .191 | -.050 | -.269 | -.192 | .257 | 1 | .029 | .144 | -.178 | .419* | .355 |
| | Sig. (2-tailed) | .321 | .795 | .158 | .319 | .179 | | .882 | .457 | .355 | .024 | .059 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00007 | Pearson Correlation | -.082 | .104 | .094 | .164 | .407* | .029 | 1 | -.014 | .251 | -.166 | .414* |
| | Sig. (2-tailed) | .671 | .590 | .629 | .396 | .029 | .882 | | .941 | .189 | .389 | .026 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00008 | Pearson Correlation | .101 | .270 | -.022 | .190 | .515** | .144 | -.014 | 1 | .397* | .280 | .607** |
| | Sig. (2-tailed) | .604 | .157 | .912 | .324 | .004 | .457 | .941 | | .033 | .141 | .000 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00009 | Pearson Correlation | .101 | .382* | .375* | .300 | .463* | -.178 | .251 | .397* | 1 | -.063 | .618** |
| | Sig. (2-tailed) | .603 | .041 | .045 | .114 | .011 | .355 | .189 | .033 | | .745 | .000 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00010 | Pearson Correlation | .089 | .202 | .165 | -.066 | .000 | .419* | -.166 | .280 | -.063 | 1 | .433* |
| | Sig. (2-tailed) | .647 | .292 | .392 | .733 | 1.000 | .024 | .389 | .141 | .745 | | .019 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| TOTAL | Pearson Correlation | .355 | .592** | .389* | .333 | .582** | .355 | .414* | .607** | .618** | .433* | 1 |
| | Sig. (2-tailed) | .059 | .001 | .037 | .077 | .001 | .059 | .026 | .000 | .000 | .019 | |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |

Lampiran 2 Hasil Uji Coba Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum

| | | Correlations | | | | | | | | | | | | | | TOTAL |
|----------|---------------------|--------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|--------|
| | | VAR00017 | VAR00018 | VAR00019 | VAR00020 | VAR00021 | VAR00022 | VAR00023 | VAR00024 | VAR00025 | VAR00026 | VAR00027 | VAR00028 | VAR00029 | VAR00030 | |
| VAR00001 | Pearson Correlation | .561** | .382* | .188 | .455* | .204 | .250 | .443* | .533** | .184 | .503** | .094 | .417* | .485** | .329 | .683** |
| | Sig. (2-tailed) | .002 | .041 | .328 | .013 | .288 | .191 | .016 | .003 | .339 | .005 | .628 | .025 | .008 | .082 | .000 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00002 | Pearson Correlation | .531** | .253 | .150 | .254 | .353 | .277 | .369* | .212 | .257 | .525** | -.011 | .295 | .456* | .186 | .638** |
| | Sig. (2-tailed) | .003 | .185 | .438 | .183 | .060 | .146 | .049 | .269 | .179 | .003 | .955 | .120 | .013 | .335 | .000 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00003 | Pearson Correlation | .324 | .360 | .273 | .268 | .286 | .104 | .377* | .312 | .174 | .477** | .132 | .204 | .341 | .143 | .576** |
| | Sig. (2-tailed) | .087 | .055 | .152 | .159 | .132 | .593 | .044 | .099 | .366 | .009 | .497 | .287 | .070 | .459 | .001 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00004 | Pearson Correlation | .451* | .384* | .176 | .338 | .242 | .260 | .350 | .215 | .300 | .471** | .163 | .578** | .563** | .349 | .715** |
| | Sig. (2-tailed) | .014 | .040 | .360 | .073 | .206 | .173 | .062 | .263 | .113 | .010 | .397 | .001 | .001 | .063 | .000 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00005 | Pearson Correlation | .214 | .133 | .090 | .303 | .412* | -.002 | .019 | .294 | .338 | .330 | .015 | .396* | .321 | .333 | .484** |
| | Sig. (2-tailed) | .265 | .491 | .642 | .110 | .026 | .993 | .923 | .121 | .073 | .080 | .938 | .034 | .089 | .077 | .008 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00006 | Pearson Correlation | .185 | .010 | .144 | .250 | .427* | .086 | .057 | .210 | .264 | .459* | .232 | .194 | .368* | .158 | .465* |
| | Sig. (2-tailed) | .335 | .958 | .456 | .191 | .021 | .657 | .768 | .274 | .166 | .012 | .225 | .314 | .049 | .412 | .029 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00007 | Pearson Correlation | .531** | .253 | .150 | .254 | .353 | .277 | .369* | .212 | .257 | .525** | -.011 | .295 | .456* | .186 | .638** |
| | Sig. (2-tailed) | .003 | .185 | .438 | .183 | .060 | .146 | .049 | .269 | .179 | .003 | .955 | .120 | .013 | .335 | .000 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00008 | Pearson Correlation | .256 | .063 | .058 | .083 | .305 | .008 | .217 | .248 | .287 | .423* | .060 | .550** | .360 | .368* | .534** |
| | Sig. (2-tailed) | .180 | .747 | .765 | .670 | .108 | .965 | .258 | .194 | .132 | .022 | .757 | .002 | .055 | .049 | .003 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00009 | Pearson Correlation | .608** | .191 | .171 | .291 | .314 | .317 | .423* | .193 | .127 | .430* | .040 | .289 | .425* | .022 | .602** |
| | Sig. (2-tailed) | .000 | .321 | .374 | .126 | .098 | .094 | .022 | .315 | .512 | .020 | .838 | .128 | .021 | .910 | .001 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |

| | | Correlations | | | | | | | | | | | | | | TOTAL |
|----------|---------------------|--------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|--------|
| | | VAR00017 | VAR00018 | VAR00019 | VAR00020 | VAR00021 | VAR00022 | VAR00023 | VAR00024 | VAR00025 | VAR00026 | VAR00027 | VAR00028 | VAR00029 | VAR00030 | |
| VAR00009 | Pearson Correlation | .608** | .191 | .171 | .291 | .314 | .317 | .423* | .193 | .127 | .430* | .040 | .289 | .425* | .022 | .602** |
| | Sig. (2-tailed) | .000 | .321 | .374 | .126 | .098 | .094 | .022 | .315 | .512 | .020 | .838 | .128 | .021 | .910 | .001 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00010 | Pearson Correlation | -.022 | .816** | .398* | .000 | -.483** | .080 | .194 | .112 | .366 | .198 | .307 | .267 | -.005 | .069 | .347 |
| | Sig. (2-tailed) | .909 | .000 | .032 | 1.000 | .008 | .680 | .312 | .564 | .051 | .304 | .106 | .161 | .981 | .724 | .065 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00011 | Pearson Correlation | .330 | .333 | .374* | .107 | .343 | .460* | .406* | .210 | .479** | 1.000** | .169 | .568** | .462* | .227 | .759** |
| | Sig. (2-tailed) | .081 | .077 | .046 | .580 | .069 | .012 | .029 | .275 | .009 | .000 | .381 | .001 | .012 | .236 | .000 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00012 | Pearson Correlation | .183 | 1.000** | .523** | .278 | -.374* | .315 | .497** | -.029 | .354 | .333 | .327 | .353 | .266 | .126 | .606** |
| | Sig. (2-tailed) | .342 | .000 | .004 | .144 | .045 | .096 | .006 | .880 | .060 | .077 | .083 | .060 | .163 | .516 | .000 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00013 | Pearson Correlation | .272 | .608** | .513** | .243 | -.218 | .271 | .607** | .010 | .248 | .399* | .130 | .544** | .553** | .402* | .671** |
| | Sig. (2-tailed) | .153 | .000 | .004 | .204 | .255 | .154 | .000 | .958 | .194 | .032 | .502 | .002 | .002 | .031 | .000 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00014 | Pearson Correlation | .041 | .334 | .535** | .133 | .126 | .412* | .302 | .002 | .369* | .462* | .259 | .432* | .446* | .381* | .607** |
| | Sig. (2-tailed) | .831 | .076 | .003 | .491 | .514 | .026 | .112 | .994 | .049 | .012 | .175 | .019 | .015 | .041 | .000 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00015 | Pearson Correlation | -.152 | .364 | .654** | .085 | -.039 | .563** | .325 | .045 | .305 | .393* | .478** | .458* | .428* | .366 | .540** |
| | Sig. (2-tailed) | .430 | .052 | .000 | .660 | .843 | .001 | .086 | .816 | .107 | .035 | .009 | .013 | .021 | .051 | .002 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00016 | Pearson Correlation | .151 | .529** | .556** | .177 | -.257 | .317 | .623** | -.100 | .160 | .366 | .215 | .527** | .555** | .387* | .608** |
| | Sig. (2-tailed) | .433 | .003 | .002 | .359 | .178 | .093 | .000 | .606 | .349 | .051 | .262 | .003 | .002 | .038 | .000 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00017 | Pearson Correlation | 1 | .183 | -.184 | .164 | .155 | .018 | .449* | .169 | .106 | .330 | .107 | .317 | .412* | .030 | .472** |
| | Sig. (2-tailed) | | .316 | .618 | .585 | .888 | .988 | .045 | .688 | .822 | .030 | .828 | .138 | .021 | .610 | .001 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |

| Correlations | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---------------------|-------------------|--------------------|--------------------|----------|--------------------|-------------------|--------------------|----------|----------|--------------------|-------------------|--------------------|--------------------|-------------------|--------------------|
| | | VAR00017 | VAR00018 | VAR00019 | VAR00020 | VAR00021 | VAR00022 | VAR00023 | VAR00024 | VAR00025 | VAR00026 | VAR00027 | VAR00028 | VAR00029 | VAR00030 | TOTAL |
| VAR00017 | Pearson Correlation | 1 | .183 | -.184 | .164 | .155 | .018 | .449 ^{**} | .169 | .106 | .330 | .107 | .317 | .412 [*] | .030 | .472 ^{**} |
| | Sig. (2-tailed) | | .342 | .340 | .395 | .422 | .926 | .015 | .380 | .586 | .081 | .582 | .094 | .027 | .879 | .010 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00018 | Pearson Correlation | .183 | 1 | .523 ^{**} | .278 | -.374 [*] | .315 | .497 ^{**} | -.029 | .354 | .333 | .327 | .353 | .266 | .126 | .606 ^{**} |
| | Sig. (2-tailed) | | | .004 | .144 | .045 | .096 | .006 | .980 | .060 | .077 | .083 | .060 | .163 | .516 | .000 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00019 | Pearson Correlation | -.184 | .523 ^{**} | 1 | .250 | -.285 | .398 [*] | .443 [*] | .048 | .145 | .374 [*] | .171 | .232 | .293 | .387 [*] | .517 ^{**} |
| | Sig. (2-tailed) | | | | .190 | .134 | .032 | .016 | .806 | .454 | .046 | .375 | .225 | .124 | .038 | .004 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00020 | Pearson Correlation | .164 | .278 | .250 | 1 | -.043 | .312 | .284 | .139 | .104 | .107 | .000 | .411 [*] | .408 [*] | .417 [*] | .437 [*] |
| | Sig. (2-tailed) | | | | | .826 | .099 | .166 | .471 | .590 | .580 | 1.000 | .027 | .028 | .025 | .018 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00021 | Pearson Correlation | .155 | -.374 [*] | -.285 | -.043 | 1 | .102 | -.171 | .219 | .207 | .343 | .065 | .115 | .173 | .087 | .214 |
| | Sig. (2-tailed) | | | | | | .597 | .375 | .253 | .280 | .069 | .738 | .552 | .370 | .655 | .265 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00022 | Pearson Correlation | .018 | .315 | .398 [*] | .312 | .102 | 1 | .306 | -.025 | .366 | .460 [*] | .451 [*] | .492 ^{**} | .618 ^{**} | .302 | .543 ^{**} |
| | Sig. (2-tailed) | | | | | | | .107 | .897 | .051 | .012 | .014 | .007 | .000 | .111 | .002 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00023 | Pearson Correlation | .449 [*] | .497 ^{**} | .443 [*] | .284 | -.171 | .306 | 1 | -.186 | -.164 | .406 [*] | .003 | .245 | .427 [*] | .136 | .565 ^{**} |
| | Sig. (2-tailed) | | | | | | | | .333 | .394 | .029 | .988 | .201 | .021 | .480 | .001 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00024 | Pearson Correlation | .169 | -.029 | .048 | .139 | .219 | -.025 | -.186 | 1 | .173 | .210 | .171 | .359 | .235 | .338 | .319 |
| | Sig. (2-tailed) | | | | | | | | | .369 | .275 | .375 | .056 | .220 | .073 | .092 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| VAR00025 | Pearson Correlation | .106 | .354 | .145 | .104 | .207 | .366 | -.164 | .173 | 1 | .479 ^{**} | .444 [*] | .410 [*] | .285 | .196 | .503 ^{**} |
| | Sig. (2-tailed) | | | | | | | | | | .009 | .016 | .027 | .134 | .309 | .005 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 |

| Correlations | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---------------------|--------------------|--------------------|--------------------|-------------------|----------|--------------------|--------------------|----------|--------------------|--------------------|-------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|------|
| | | VAR00017 | VAR00018 | VAR00019 | VAR00020 | VAR00021 | VAR00022 | VAR00023 | VAR00024 | VAR00025 | VAR00026 | VAR00027 | VAR00028 | VAR00029 | VAR00030 | TOTAL | |
| VAR00024 | Pearson Correlation | .169 | -.029 | .048 | .139 | .219 | -.025 | -.186 | 1 | .173 | .210 | .171 | .359 | .235 | .338 | .319 | |
| | Sig. (2-tailed) | | | | | | | | | .369 | .275 | .375 | .056 | .220 | .073 | .092 | |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | |
| VAR00025 | Pearson Correlation | .106 | .354 | .145 | .104 | .207 | .366 | -.164 | .173 | 1 | .479 ^{**} | .444 [*] | .410 [*] | .285 | .196 | .503 ^{**} | |
| | Sig. (2-tailed) | | | | | | | | | | .009 | .016 | .027 | .134 | .309 | .005 | |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | |
| VAR00026 | Pearson Correlation | .330 | .333 | .374 [*] | .107 | .343 | .460 [*] | .406 [*] | .210 | .479 ^{**} | 1 | .169 | .568 ^{**} | .462 [*] | .227 | .759 ^{**} | |
| | Sig. (2-tailed) | | | | | | | | | | | .381 | .001 | .012 | .236 | .000 | |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | |
| VAR00027 | Pearson Correlation | .107 | .327 | .171 | .000 | .065 | .451 [*] | .003 | .171 | .444 [*] | .169 | 1 | .456 [*] | .382 [*] | .168 | .386 [*] | |
| | Sig. (2-tailed) | | | | | | | | | | | | | .013 | .041 | .384 | .039 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | |
| VAR00028 | Pearson Correlation | .317 | .353 | .232 | .411 [*] | .115 | .492 ^{**} | .245 | .359 | .410 [*] | .568 ^{**} | .456 [*] | 1 | .700 ^{**} | .540 ^{**} | .747 ^{**} | |
| | Sig. (2-tailed) | | | | | | | | | | | | | | .000 | .002 | .000 |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | |
| VAR00029 | Pearson Correlation | .412 [*] | .266 | .293 | .408 [*] | .173 | .618 ^{**} | .427 [*] | .235 | .285 | .462 [*] | .382 [*] | .700 ^{**} | 1 | .540 ^{**} | .760 ^{**} | |
| | Sig. (2-tailed) | | | | | | | | | | | | | | .002 | .000 | |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | |
| VAR00030 | Pearson Correlation | .030 | .126 | .387 [*] | .417 [*] | .087 | .302 | .136 | .338 | .196 | .227 | .168 | .540 ^{**} | .540 ^{**} | 1 | .500 ^{**} | |
| | Sig. (2-tailed) | | | | | | | | | | | | | | | .006 | |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | |
| TOTAL | Pearson Correlation | .472 ^{**} | .606 ^{**} | .517 ^{**} | .437 [*] | .214 | .543 ^{**} | .565 ^{**} | .319 | .503 ^{**} | .759 ^{**} | .386 [*] | .747 ^{**} | .760 ^{**} | .500 ^{**} | 1 | |
| | Sig. (2-tailed) | | | | | | | | | | | | | | | .000 | |
| | N | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | 29 | |

Lampiran 3 Hasil Uji Normalitas

| One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test | | |
|------------------------------------|----------------|-------------------------|
| | | Unstandardized Residual |
| N | | 71 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | .0000000 |
| | Std. Deviation | 10.33690661 |
| Most Extreme Differences | Absolute | .090 |
| | Positive | .090 |
| | Negative | -.090 |
| Test Statistic | | .090 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .200 ^{c,d} |

Lampiran 4 Hasil Uji Hipotesis

| Model Summary ^b | | | | |
|----------------------------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
| 1 | .823 ^a | .677 | .673 | 10.41154 |

| Coefficients ^a | | | | | | |
|---------------------------|------------|-----------------------------|------------|---------------------------|---------|------|
| Model | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | 118.873 | 4.022 | | 29.556 | .000 |
| | X | -2.121 | .176 | -.823 | -12.037 | .000 |

a. Dependent Variable: Y

Lampiran 5 Hasil Angket Efikasi Diri

| X1 | X2 | X3 | X4 | X5 | X6 | X7 | X8 | X9 | TOTAL |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-------|
| 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 10 |
| 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 19 |
| 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 18 |
| 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 20 |
| 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 24 |
| 4 | 2 | 3 | 2 | 4 | 1 | 1 | 4 | 3 | 24 |
| 1 | 4 | 3 | 1 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 23 |
| 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 12 |
| 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 27 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 35 |
| 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 26 |
| 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 15 |
| 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 33 |
| 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 24 |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 27 |
| 4 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 20 |
| 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 12 |
| 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 13 |
| 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 27 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 35 |
| 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 10 |
| 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 11 |
| 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 12 |
| 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 14 |
| 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 19 |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 20 |
| 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 14 |
| 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 4 | 17 |
| 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 30 |
| 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 21 |
| 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 13 |
| 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 15 |
| 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 2 | 22 |
| 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 17 |
| 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 21 |
| 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 14 |
| 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 1 | 25 |
| 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 26 |
| 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 16 |
| 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 32 |
| 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 16 |
| 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 13 |
| 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 14 |

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 23 |
| 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 27 |
| 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 16 |
| 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 15 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 24 |
| 2 | 3 | 3 | 1 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 26 |
| 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 12 |
| 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 11 |
| 2 | 1 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 23 |
| 1 | 1 | 4 | 1 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 21 |
| 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 28 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 31 |
| 4 | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 30 |
| 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 27 |
| 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 34 |
| 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 1 | 2 | 25 |
| 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 1 | 25 |
| 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 29 |
| 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 12 |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 30 |
| 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 23 |
| 4 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 23 |
| 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 35 |
| 3 | 3 | 2 | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 26 |
| 4 | 2 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 24 |
| 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 27 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 31 |
| 1 | 1 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 28 |

Lampiran 6 Hasil Angket Kecemasan Berbicara di Depan Umum

| Y 1 | Y 2 | Y 3 | Y 4 | Y 5 | Y 6 | Y 7 | Y 8 | Y 9 | Y 10 | Y 11 | Y 12 | Y 13 | Y 14 | Y 15 | Y 16 | Y 17 | Y 18 | Y 19 | Y 20 | Y 21 | Y 22 | Y 23 | Y 24 | Y 25 | Y 26 | Y 27 | TOTAL | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|-----|
| 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 103 |
| 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 1 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 64 |
| 1 | 1 | 4 | 1 | 4 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 46 | |
| 2 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 1 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 71 | |
| 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 50 |
| 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 76 |
| 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 2 | 67 | |
| 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 94 | |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 90 | |
| 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 55 | |
| 1 | 4 | 2 | 4 | 1 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 82 | |
| 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 95 | |
| 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 40 | |
| 1 | 1 | 2 | 1 | 4 | 1 | 4 | 4 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 48 | |
| 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 54 | |
| 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 64 | |
| 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 92 | |
| 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 96 | |
| 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 49 | |
| 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 34 | |
| 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 99 | |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 3 | 3 | 4 | 90 | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 1 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 92 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 86 |
| 3 | 4 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 82 |
| 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 1 | 4 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 4 | 70 |
| 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 83 |
| 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 2 | 1 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 80 |
| 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 4 | 1 | 4 | 1 | 4 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 60 |
| 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 74 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 98 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 95 |
| 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 81 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 87 |
| 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 84 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 84 |
| 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 4 | 2 | 4 | 58 |
| 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 4 | 4 | 1 | 1 | 3 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 55 |
| 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 82 |
| 4 | 4 | 2 | 4 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 4 | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 60 |
| 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 4 | 2 | 4 | 4 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 81 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 97 |
| 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 94 |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 86 |
| 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 4 | 3 | 1 | 4 | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 4 | 64 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 4 | 89 |
| 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 84 |
| 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 4 | 66 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-----|
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 70 |
| 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 102 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 104 |
| 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 71 |
| 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 51 |
| 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 48 |
| 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 4 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 61 |
| 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 62 |
| 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 1 | 4 | 2 | 3 | 1 | 4 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 59 |
| 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 40 |
| 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 4 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 67 |
| 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 4 | 4 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 4 | 1 | 1 | 4 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 46 |
| 4 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 67 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 107 |
| 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 1 | 4 | 1 | 4 | 1 | 4 | 4 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 56 |
| 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 4 | 1 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 76 |
| 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 1 | 1 | 1 | 4 | 3 | 1 | 1 | 4 | 2 | 4 | 4 | 1 | 4 | 78 |
| 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 51 |
| 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 64 |
| 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 3 | 4 | 1 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 1 | 1 | 80 |
| 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 50 |
| 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 62 |
| 2 | 1 | 1 | 2 | 4 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 66 |

Lampiran 7 Identitas Subjek Penelitian

| NO | Nama Lengkap | Lulusan | Jenis Kelamin | Usia |
|----|-------------------------|---------|---------------|------|
| 1 | Rizqi Fajar | MA | Laki-laki | 19 |
| 2 | Fauziah Triuntari | SMA | Perempuan | 19 |
| 3 | Nadya | SMK | Perempuan | 19 |
| 4 | Gumelar Sastra Hidayat | SMA | laki-laki | 19 |
| 5 | Nailul Muna | PonPes | Perempuan | 19 |
| 6 | Adinda Lianti | MA | Perempuan | 19 |
| 7 | Dewi latifatul Khusna | MAN | Perempuan | 18 |
| 8 | Faradina Setiorini | SMAN | Perempuan | 18 |
| 9 | Osinta Eka Febianti | SMA | Perempuan | 19 |
| 10 | DIAZ RAFIDI MAASYISY | SMA | Laki | 19 |
| 11 | Nabila Wulandari | MA | Perempuan | 18 |
| 12 | Dea asahi meiriska | MAN | Perempuan | 18 |
| 13 | Fadya Putri Maharani | SMA | Perempuan | 18 |
| 14 | Ummu Abiha | MAS | Perempuan | 20 |
| 15 | nailassakinah yahya | SMA | perempuan | 18 |
| 16 | Diah Ayu Sholikhah | MAN | perempuan | 19 |
| 17 | Alifiah Azmi Putri | MAN | Perempuan | 18 |
| 18 | Dzakira Kuserawati | SMA | Perempuan | 19 |
| 19 | Anindya Izha Rahmawati | Ponpes | Perempuan | 20 |
| 20 | Muhammad Anwar Syuhada | Ponpes | Laki | 18 |
| 21 | Lismina Hidayati | SMA | Perempuan | 19 |
| 22 | Anastasya Hamzah | SMA | Perempuan | 18 |
| 23 | Ayu Azhari | SMK | Perempuan | 18 |
| 24 | faizaturrisky | SMA | perempuan | 18 |
| 25 | Alifiah Azmi Putri | MAN | Perempuan | 20 |
| 26 | Fami Kurnia | PonPes | Perempuan | 18 |
| 27 | Aisyah Nurrahmah | SMK | perempuan | 19 |
| 28 | Fauziah Triuntari | SMA | Perempuan | 18 |
| 29 | Novita Kurnia Rahayu | SMA | Perempuan | 19 |
| 30 | Caca | Man | Perempuan | 20 |
| 31 | Maqhfira Maulia Rosyka | MA | Perempuan | 18 |
| 32 | Robiatin Nailil Muna | MAN | Perempuan | 19 |
| 33 | Ghefira Zaharani | SMA | Perempuan | 20 |
| 34 | Nuril Nadifatul Laili | MAN | Perempuan | 19 |
| 35 | Miranda Putri Clarissa | SMA | Perempuan | 19 |
| 36 | Hamida | SMA | Perempuan | 20 |
| 37 | Rahadian Adnan | Ponpes | Laki - laki | 19 |
| 38 | Nahda Tarisha Diningrum | SMA | P | 19 |
| 39 | Nur Amelia | SMA | Perempuan | 19 |
| 40 | Elsa purnama sari | SMAN | Perempuan | 19 |
| 41 | Alfin Nur Rohim | MAN | Laki-laki | 18 |
| 42 | Jasmine nazwa | Ma | Perempuan | 18 |
| 43 | Dewi Widadah | MA | Perempuan | 19 |
| 44 | Falah | MA | Laki - laki | 19 |
| 45 | naufal yudha | SMA | Laki - laki | 19 |

| | | | | |
|----|--------------------|--------|-------------|----|
| 46 | wira | SMA | Laki - laki | 19 |
| 47 | Faidatul Husna | MA | perempuan | 19 |
| 48 | Nur Iffah | SMA | perempuan | 20 |
| 49 | Alifan hakim | SMA | Laki - laki | 19 |
| 50 | harisul qiram | MAN | Laki - laki | 19 |
| 51 | Bishri | MAN | Laki - laki | 19 |
| 52 | Ari Prasetyo | MAN | Laki - laki | 20 |
| 53 | Fadhil | SMA | Laki - laki | 18 |
| 54 | Aisyah Fitria | MAS | perempuan | 19 |
| 55 | Salma Ainun | MAN | perempuan | 19 |
| 56 | Rizqon Kamil | SMA | Laki - laki | 20 |
| 57 | Tias Kusumaningrum | SMA | perempuan | 19 |
| 58 | Nur Ismi | SMA | perempuan | 19 |
| 59 | Najmi | MAN | perempuan | 19 |
| 60 | Irfan Setyobudi | MAN | Laki - laki | 18 |
| 61 | Habibah Naura | MA | perempuan | 18 |
| 62 | Yudha Pratama | MA | Laki - laki | 19 |
| 63 | Ahmad Arinal | PONPES | Laki - laki | 19 |
| 64 | Neny | MA | perempuan | 18 |
| 65 | Melly Nadya | SMA | perempuan | 18 |
| 66 | Siti Jannatul | MAS | perempuan | 18 |
| 67 | Winandya Ayu | MAS | perempuan | 19 |
| 68 | Fawwaz | MA | Laki - laki | 18 |
| 69 | Lintang Eisyia | MA | perempuan | 19 |
| 70 | Aji Mahfud | SMA | Laki - laki | 18 |
| 71 | Nadia Syifa | MA | perempuan | 19 |

Lampiran 8 Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsi.uin-malang.ac.id

No. : 469 /FPsi.1/PP.009/4/2022
Perihal : **IZIN PENELITIAN SKRIPSI**

06 April 2022

Kepada Yth.
Kepala PKPBA UIN MALANG
di
Malang

Dengan hormat,
Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian skripsi kepada:

Nama / NIM : RAMADHAN DICKY KURNIAWAN / 18410038
Tempat Penelitian : PKPBA UIN MALANG
Judul Skripsi : PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA PROGRAM KHUSUS PENGEMBANGAN BAHASA ARAB TAHUN AJARAN 2021/2022 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
Dosen Pembimbing : 1. Aprilia Mega Rosdiana, M.Si.
2. Yusuf Ratu Agung, MA.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,



Tembusan:
1. Dekan;
2. Para Wakil Dekan;
3. Ketua Jurusan;
4. Arsip.