

✓
Tanggal Menerima : 06-07-09
Jenis / Sumbangan : Hadiah
Nomor Induk : 1475
Klasifikasi : Lap. Penelitian

Mik Wagh

**HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM
PADA MAHASISWA REGULER ANGKATAN 2008
UNIVERSITAS INDONESIA**

LAPORAN PENELITIAN

**Diajukan untuk memenuhi tugas akhir
mata ajar Riset Keperawatan**

**Mikha Christina
130500705X**



**MILIK PERPUSTAKAAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS INDONESIA**

**UNIVERSITAS INDONESIA
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
REGULER 2005
DEPOK
MEI 2009**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

**Laporan penelitian ini adalah hasil karya saya sendiri,
dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk
telah saya nyatakan dengan benar.**

Nama : Mikha Christina

NPM : 130500705x

Tanda Tangan :



Tanggal : 20 Mei 2009

LEMBAR PERSETUJUAN

Laporan penelitian ini diajukan oleh:

Nama : Mikha Christina
NPM : 130500705X
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Judul Laporan Penelitian : Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan
Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa
Reguler Angkatan 2008 Universitas Indonesia

Telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan
untuk memenuhi tugas akhir mata ajar Riset Keperawatan
Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia

Depok, 20 Mei 2009

Mengetahui,

Koordinator Mata Ajar



(Hanny Handiyani, SKp, M. Kep)

Menyetujui,

Pembimbing Laporan Penelitian



(Henny Permatasari, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom)

KATA PENGANTAR

Puji Tuhan. Penulis sungguh bersyukur kepada Tuhan Yesus atas setiap berkat dan penyertaan kasih setia-Nya yang telah dianugerahkan selama penulis menyelesaikan laporan penelitian. Meskipun terdapat beberapa hambatan, tantangan, dan semangat yang menurun, namun hal tersebut membuat penulis semakin bergantung dan berserah penuh kepada Tuhan, sehingga laporan penelitian ini dapat selesai tepat waktu.

Penulis juga senang berinteraksi dengan orang-orang yang penuh semangat sehingga mereka dapat mendukung penulis dalam penyelesaian laporan penelitian ini, baik dalam doa maupun bantuan materiil dan moril. Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Dewi Irawati M.A., Ph.D, selaku dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.
2. Ibu Henny Permatasari, M.Kep., Sp.Kom., selaku dosen pembimbing Riset Keperawatan yang telah membimbing dan meluangkan waktu untuk penulis dapat berkonsultasi. "Maaf ya, Bu, saya sering konsultasi tanpa janji bertemu sebelumnya.."
3. Ibu Hanny Handiyani, SKp., M.Kep, selaku koordinator mata ajar Riset Keperawatan yang telah memberikan banyak masukan tentang format penulisan yang benar dan membantu kami dalam hal perijinan riset.
4. *My beloved-family* di Madiun, terimakasih untuk doa, kasih sayang, motivasi, nasihat, teguran, dana yang mendorongku untuk setia berjuang mengerjakan laporan penelitian riset ini...(mbothooo, *thanks, bro!*^^)

5. Teman-teman keluarga Pertiwat terkasih & teman sepelayanan, *thanks* buat doa, *support*, dan waktu diskusi bersama. Aku berharap kita selalu dipersatukan dalam kasih Kristus. Bunbun (semangat, Bun!), *te-ka-ka-ku* Bolon (pelan-pelan lah..), Mae (enak juga diskusi *by cyber space*..), Jono (Zani maksudnya..), Papi Leo (semangat!), Chrisjon (tetap taat dan setia ya..), Bonce (turun berapa?), Pelnda, Bora, Jule, Ebi, Dotty, Ipon & Emje (kalian pasti bisa!). Juga, Tere, Lisa, Novany, Tace, Devia, Hanna, Deby, Grace *thanks* buat doa dan *sms* motivasi kalian.
6. Adik-adik Kelompok Kecil-ku (Siska, Evin, Via, & Tanty), *thanks* buat doa dan perhatian kalian.. Maaf ya aku jarang menghubungi dan meluangkan waktu *sharing* bersama kalian di akhir penyelesaian laporan ini.. *Jesus & I love you*..
7. Teman-teman di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia dari berbagai angkatan (terutama angkatan 2005), *thanks ya*, semangat kalian menjadi penambah semangatku..
8. Teman-teman yang selalu aku 'tanya-tanya' masalah format penulisan, pengolahan data, dan hal-hal yang aku belum ngerti lainnya. *Thanks to* Kak Yani, Velda, Mega.
9. Teman-teman yang tidak dapat aku sebutkan satu per satu di sini yang sering menanyakan "Gimana risetmu?" Hal itu membuatku tidak menjadi malas lho..

Tanpa bantuan mereka, laporan penelitian ini tidak dapat terwujud dalam bentuknya sekarang ini. Peneliti tetap mengharapkan masukan dan kritik dari teman-teman, khususnya pembimbing riset keperawatan. Dengan demikian laporan penelitian ini dapat diperbaiki lagi.

Depok, 20 Mei 2009

Penulis



God Bless Us^^

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Indonesia, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mikha Christina
NPM : 130500705X
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Keperawatan
Jenis Karya : Laporan Penelitian

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Indonesia **Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2008 Universitas Indonesia

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini Universitas Indonesia berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya tanpa meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Depok

Pada tanggal : 20 Mei 2009

Yang menyatakan,



(Mikha Christina)

ABSTRAK

Nama : Mikha Christina
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Judul : Hubungan konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa reguler angkatan 2008 Universitas Indonesia

Penelitian ini membahas pengaruh konsep diri mahasiswa reguler angkatan 2008 Universitas Indonesia terhadap kecemasan yang dirasakan ketika berbicara di depan umum selama mereka belajar di UI. UI sedang menerapkan program pengembangan proses pembelajaran berorientasi *learner centered* yang dikenal dengan nama Program Dasar Pendidikan Tinggi (PDPT). Program ini menginisiasi mahasiswa belajar secara aktif dan mandiri, salah satunya dengan sering menyampaikan pendapat atau presentasi di depan kelas. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi pada 96 responden mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa reguler angkatan 2008 Universitas Indonesia ($p\ value = 0,045$ dan $\alpha = 0,05$). Peneliti secara khusus menyarankan mahasiswa agar lebih memperhatikan kualitas konsep dirinya dalam upaya mengurangi kecemasan demi tercapainya tujuan utama berbicara di depan umum.

Kata kunci: konsep diri, kecemasan, berbicara di depan umum, mahasiswa

ABSTRACT

Name : Mikha Christina
Study Program: Nursing Science
Title : The correlation between self concept and public speaking anxiety at regular college student 2008 in University of Indonesia

The focus of this research is self concept of regular college students in University of Indonesia that affect public speaking anxiety during they study in university. University of Indonesia is applying development program of study process orientate to learner centered or 'Program Dasar Pendidikan Tinggi (PDPT)'. This program initiates students to learn actively and autonomous, one of the strategies is by explaining an opinion or taking presentation in front of class. This research shows the positive correlation between self concept and public speaking anxiety at regular college student 2008 in University of Indonesia ($p\ value = 0,045$ and $\alpha = 0,05$). The researcher suggests especially for the college students that they should pay attention to the quality of their self concept in order to decrease the anxiety and to achieve the main goal of their public speaking.

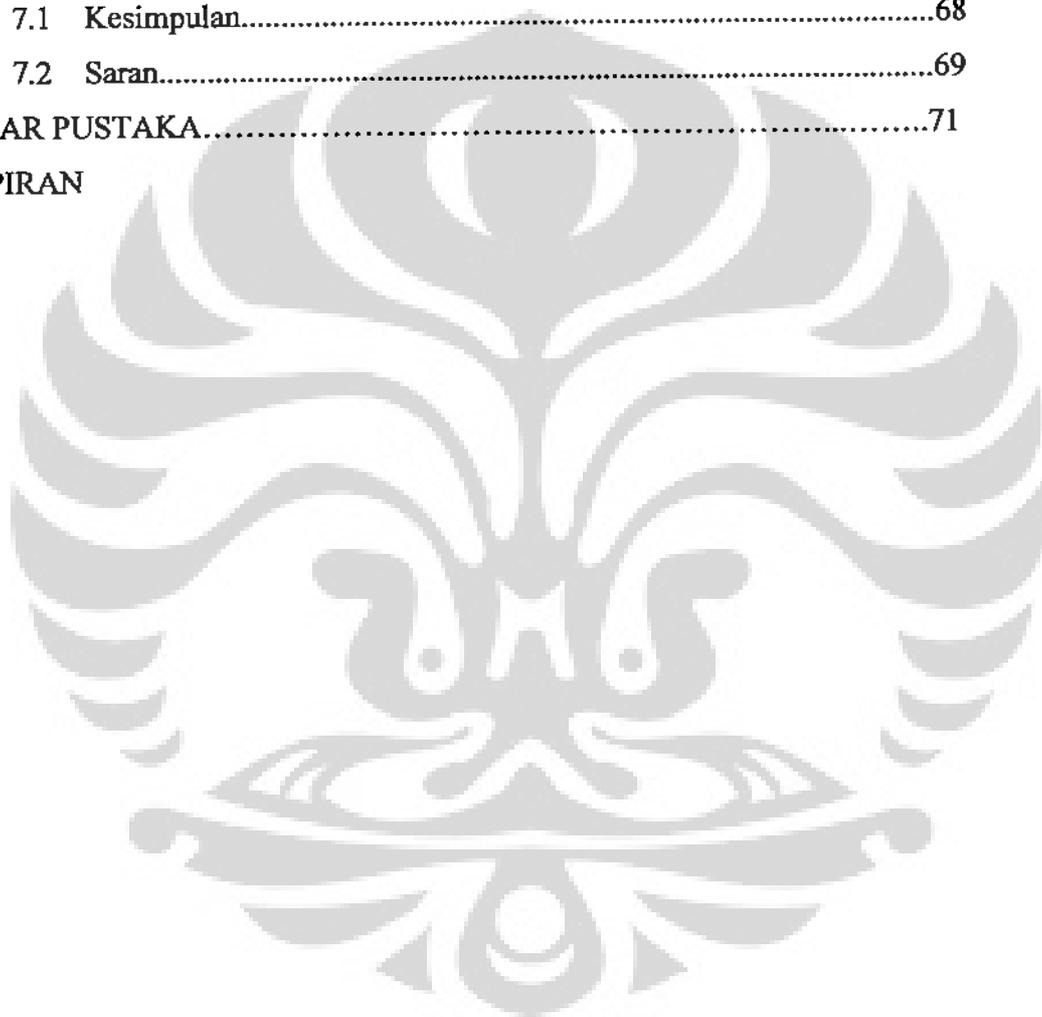
Key words: self concept, anxiety, public speaking, college student

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	vii
ABSTRAK/ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR DIAGRAM.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Bagi Responden.....	6
1.4.2 Bagi Pelayanan Keperawatan.....	7
1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan.....	7
1.4.4 Bagi Masyarakat.....	7
1.4.5 Bagi Peneliti.....	7
BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN.....	9
2.1 Tinjauan Teori.....	9
2.1.1 Berbicara di Depan Umum (<i>Public Speaking</i>).....	9
2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Komunikasi.....	12
2.1.3 Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	13
2.1.4 Konsep Diri dan Hubungannya dengan Komunikasi.....	17
2.2 Mahasiswa Baru.....	20
2.3 Penelitian Terkait.....	21

BAB III. KERANGKA KONSEP PENELITIAN.....	23
3.1 Kerangka Teori.....	23
3.2 Kerangka Konsep.....	24
3.3 Hipotesis Penelitian.....	25
3.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	25
BAB IV. METODOLOGI PENELITIAN.....	31
4.1 Desain Penelitian.....	31
4.2 Populasi dan Sampel.....	31
4.3. Tempat dan Waktu Penelitian.....	34
4.4. Etika Penelitian.....	34
4.5. Alat Pengumpulan Data.....	35
4.6. Metode Pengumpulan Data.....	37
4.7. Pengolahan Data.....	38
4.8. Analisis Data.....	39
4.9. Jadwal Penelitian.....	40
4.10. Sarana Penelitian.....	41
BAB V. HASIL PENELITIAN.....	42
5.1 Kualitas Data.....	42
5.2 Analisis Univariat.....	43
5.2.1 Jenis Kelamin.....	44
5.2.2 Suku Bangsa.....	45
5.2.3 Fakultas.....	46
5.2.4 Indeks Prestasi Kumulatif (IPK).....	47
5.2.5 Pendidikan Orangtua (Bapak).....	48
5.2.6 Pendidikan Orangtua (Ibu).....	49
5.2.7 Urutan Kelahiran.....	50
5.2.8 Daerah Asal.....	51
5.2.9 Pengalaman Berorganisasi.....	52
5.2.10 Pengalaman Bekerja.....	53
5.2.11 Bentuk-bentuk Berbicara di Depan Umum.....	54
5.2.12 Konsep Diri.....	55
5.2.13 Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	56

5.4 Analisis Bivariat.....	57
BAB VI. PEMBAHASAN.....	58
6.1 Interpretasi Hasil.....	58
6.1.1 Analisis Univariat.....	58
6.1.2 Analisis Bivariat.....	65
6.2 Keterbatasan Penelitian.....	66
BAB VII. KESIMPULAN DAN SARAN.....	68
7.1 Kesimpulan.....	68
7.2 Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA.....	71
LAMPIRAN	



DAFTAR DIAGRAM

Diagram 5.2.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Universitas Indonesia Mei 2009 (n = 96).....	51
Diagram 5.2.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Suku Bangsa di Universitas Indonesia Mei 2009 (n = 96).....	52
Diagram 5.2.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Fakultas di Universitas Indonesia Mei 2009 (n = 96).....	53
Diagram 5.2.4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) di Universitas Indonesia Mei 2009 (n = 96)..	54
Diagram 5.2.5	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Orangtua (Bapak) di Universitas Indonesia Mei 2009 (n = 96).....	55
Diagram 5.2.6	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Orangtua (Ibu) di Universitas Indonesia Mei 2009 (n = 96)....	56
Diagram 5.2.7	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Urutan Kelahiran di Universitas Indonesia Mei 2009 (n = 96).....	57
Diagram 5.2.8	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Daerah Asal/Dibesarkan di Universitas Indonesia Mei 2009 (n = 96)..	58
Diagram 5.2.9	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengalaman Berorganisasi di Universitas Indonesia Mei 2009 (n = 96).....	59
Diagram 5.2.10	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengalaman Bekerja di Universitas Indonesia Mei 2009 (n = 96).....	60
Diagram 5.2.11	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Bentuk Berbicara di Depan Umum di Universitas Indonesia Mei 2009 (n = 96).....	61
Diagram 5.2.12	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan Berbicara di Depan Umum di Universitas Indonesia Mei 2009 (n = 96).....	62
Diagram 5.2.13	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Konsep Diri di Universitas Indonesia Mei 2009 (n = 96).....	63

DAFTAR TABEL

Tabel 3.4.1.	Definisi Operasional Variabel Dependen.....	33
Tabel 3.4.2.	Definisi Operasional Variabel Independen.....	36
Tabel 4.9.	Jadwal Penelitian.....	47
Tabel 5.4.	Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2008 Universitas Indonesia di Universitas Indonesia, Mei 2009 (n=96).....	64



DAFTAR SKEMA

Skema 2.1.3	Model Adaptasi Stres Stuart Berkaitan dengan Rentang Cemas (Stuart & Laraia, 2001).....	22
Skema 3.1.1	Kerangka Teori Penelitian.....	30
Skema 3.2.1	Kerangka Konsep Penelitian.....	31



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3 Lembar Kuesioner



*Like A Shepherd
(Woman in Worship)*

*Like a father feeds his children. Like a shepherd leads his flock. The Lord will
always guide us. Show us where to walk. And in times when we have plenty. In
times when we have not. He is our provider and His mercy never stops.*

*Like a shepherd He leads us. Like a father He feeds us.
From the morning to the evening. Till the sunrise again.
Like a shepherd He leads us. Like a father He feeds us. He is the great I AM.*

*As we come into His presence. Confessing Him as Lord. His Holy Spirit leads us.
And feeds us with His Word. We're seated at His table. Partaking of His love.
Children of His kingdom. Purchased by His blood.*

*I Know Who Holds Tomorrow
(Ira Stanphill)*

*I don't know about tomorrow, I just live from day to day.
I don't borrow from it's sunshine, For it's skies may turn to gray.
I don't worry o'er the future, For I know what Jesus said,
And today I'll walk beside Him. For He knows what is ahead.*

*Ev'ry step is getting brighter, As the golden stairs I climb;
Ev'ry burden's getting lighter; Ev'ry cloud is silver lined.
There the sun is always shining, There no tear will dim the eyes,
At the ending of the rainbow, Where the mountains touch the sky.*

*Many things about tomorrow, I don't seem to understand;
But I know Who holds tomorrow, And I know Who holds my hand.*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Berbicara di muka umum adalah suatu generalisasi makna pesan yang disampaikan oleh seorang pengirim kepada sejumlah orang penerima/khalayak ramai yang akan memberikan respon nonverbal, atau pertanyaan dan jawaban sebagai umpan balik dalam suatu situasi (Pearson, Nelson, Titswort, & Harter, 2006). Berbicara di depan umum juga merupakan kegiatan menyiapkan, menyusun, dan menyampaikan sebuah presentasi kepada pendengar (Gamble & Gamble, 2005). Komunikasi publik adalah interaksi satu orang dengan sekumpulan orang dalam jumlah yang besar (Potter & Perry, 2005). Jadi, dapat disimpulkan bahwa berbicara di depan umum adalah proses penyampaian pesan dua arah dari seseorang kepada orang banyak dengan tujuan tertentu.

Keterampilan berbicara di muka umum berperan sangat penting dalam berbagai bentuk komunikasi karena dengan keterampilan tersebut seseorang dapat menyampaikan ide atau pemikiran untuk dapat diterima publik. Oleh karena itu, sekarang banyak pusat pelatihan komunikasi yang menyediakan fasilitas untuk melatih keterampilan berkomunikasi setiap orang. Pelatihan-pelatihan tersebut sesuai bagi orang dalam berbagai profesi, misalnya bagi pebisnis, penyiar tayangan televisi (*reporter*), pedagang, pengusaha, direktur, manajer, ketua tim kerja, *supervisor*, karyawan, dokter, guru, dosen, pelatih, fasilitator, juru bicara, MC, *orator*, *negosiator*, penyiar radio, mahasiswa, juga bagi pelajar (Tantowi Yahya *Public Speaking School*, 2008). Salah satu dari pelatihan tersebut adalah pelatihan di Surabaya yang berupa seminar tentang “Rahasia Sukses Berbicara di Depan Publik” yang dipandu oleh Tetelepta. Pelatihan lain berupa pelatihan khusus mahasiswa, yaitu “Seminar Sehari: Berbicara di depan umum untuk pelajar” di Bandung pada bulan Agustus 2008 (NN, 2008).

Komunikasi adalah proses yang dinamis antar-manusia, digunakan untuk mempengaruhi, meningkatkan kualitas, dan berkumpul dengan orang lain untuk

kepentingan kesejahteraan, pertumbuhan sosial, dan untuk tetap bertahan (Howells, 1975 dalam Deborah Antai-Otong, 1995). Dalam *Career Development Center Universitas Indonesia (CDC-UI)*, Subagya (2008) mengatakan, "Para ahli mengungkap bahwa komunikasi merupakan proses membangun konsep diri dan aktualisasi diri." Thomas M. Scheidel mengemukakan bahwa kita berkomunikasi terutama untuk menyatakan dan mendukung identitas diri untuk membangun kontak sosial dengan orang di sekitar kita dan mempengaruhi orang lain, merasa, berpikir atau berperilaku yang seperti kita inginkan (Fajar, 2009). Ini berarti komunikasi yang baik akan berdampak kepada hubungan sosial yang baik pula.

Konsep diri menjadi pijakan yang mendasar sebelum seseorang melakukan komunikasi. Seperti yang diutarakan oleh Pearson, Nelson, Titswort, dan Harter (2006), "Bagaimana Anda memandang diri Anda, hal tersebut dapat membuat perbedaan besar dalam cara Anda berkomunikasi." Setiap individu pernah memiliki pengalaman menjadi pusat perhatian di tengah lingkungan sosial di mana ia berada (Rogers, 1951: 483 dikutip dari Pearson, Nelson, Titswort, & Harter, 2004). Misalnya, ketika seseorang disanjung sebagai orang yang pintar, cerdas, atau menarik, mereka akan berlaku demikian pula. Banyak pakar komunikasi dan ilmu sosial percaya bahwa seseorang merupakan hasil (*output*) dari cara orang lain memperlakukannya dan apa pesan yang ditujukan kepadanya (Pearson, Nelson, Titswort, & Harter, 2006).

Komunikasi memang memiliki esensi yang berarti bagi seseorang yang terus ingin memperlengkapi diri dan berkembang. Hirarki kebutuhan dasar manusia menurut Maslow pada tingkatan akhir adalah aktualisasi diri, yakni pernyataan yang penuh penerimaan potensi dan memiliki kemampuan untuk memecahkan masalah dan mengatasinya dengan cara realistis yang berhubungan dengan situasi hidup (Potter & Perry, 2005). Menurut teori tersebut, apabila kebutuhan manusia pada tingkatan yang lebih rendah telah terpenuhi (kebutuhan fisiologis, keselamatan dan keamanan, cinta dan rasa memiliki, harga diri), maka saat itulah aktualisasi diri berperan sebagai penyempurna karena terdapat anggapan bahwa mereka telah

mencapai potensi yang maksimal (Maslow, 1970 dikutip dari Potter & Perry, 2005).

Namun, tidak sepenuhnya kebutuhan tersebut dapat dilengkapi dengan mudah. Salah satu kendala untuk mencapai aktualisasi diri yang optimal adalah masalah komunikasi. Tidak semua orang dapat menyampaikan pendapat dengan efektif dan efisien, terlebih lagi ketika harus berbicara di depan publik. Kecemasan adalah salah satu dari konsekuensi yang dihadapi ketika berbicara di depan umum. Penilaian orang lain terhadap diri kita (*impression*) sering mempengaruhi penilaian kita tentang diri sendiri (*self-image*). Penilaian yang buruk membuat kita jadi rendah diri. Bagi orang yang memiliki penghargaan diri (*self-esteem*) yang rendah, penilaian orang lain terhadap dirinya membuat ia menjadi terpuruk. Inilah mengapa kita cemas atau takut tidak tampil bagus, takut ditertawakan, takut salah, dan seterusnya saat tampil di muka umum (Kompas, 2009). Dari survei tentang pendapat publik, didapatkan data bahwa 'berbicara di depan umum' merupakan kecemasan nomor satu orang-orang di Amerika (Witt, Brown, Roberts, Weisel, *at al*, 2006).

Manfaat berkomunikasi di depan umum adalah untuk menyampaikan pendapat untuk melakukan transformasi, baik dalam bentuk perlawanan, pembelaan, maupun pertahanan (Herlambang, 2008). Keterampilan yang baik untuk dapat berbicara di depan umum sangat penting terutama bagi mereka yang menjalankan peran sebagai pemimpin. Dalam hal inilah keterampilan berbicara masalah komunikasi di muka umum berarti tidak lepas dari konteks lingkungan kampus. Mahasiswa banyak mendapat tugas untuk mempresentasikan laporan hasil diskusi baik kelompok maupun individu di depan kelas, menyampaikan pertanyaan kepada dosen, menyampaikan pendapat ketika menanggapi pertanyaan dari dosen atau teman di kelas, saat rapat organisasi, atau pada saat pelayanan kerohanian di kampus.

Seorang mahasiswa dapat saja mengalami kecemasan karena takut akan gagal dan terlihat bodoh/bingung selama presentasi. Kecemasan dapat muncul sebagai

akibat dari adanya ancaman terhadap kepribadian, harga diri atau identitas diri. Saat cemas seluruh tubuh akan berespon, misalnya pada kardiovaskuler terjadi palpitasi, tekanan darah meningkat, dan lain-lain; pada sistem respirasi akan terjadi pernapasan cepat dan pendek, rasa tertekan pada dada, dan lain-lain (Stuart & Laraia, 2001).

Peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara konsep diri mahasiswa dengan kecemasan berbicara di depan umum. Karena sekarang peneliti juga sedang menyelesaikan studi di Universitas Indonesia, maka peneliti memilih untuk mengambil responden dari mahasiswa di universitas yang sama. Universitas Indonesia untuk selanjutnya akan disingkat UI. Mahasiswa angkatan 2008 merupakan mahasiswa termuda pada saat peneliti melakukan penelitian ini. Dalam tahun pertama perkuliahan mereka sedang mengalami masa adaptasi dengan lingkungan dan pola belajar di kampus. Jika di Sekolah Menengah Atas (SMA) mereka lebih banyak mendapat ceramah dari guru, di perguruan tinggi mereka belajar untuk mandiri. Mereka mempresentasikan hasil tugas kelompok, diskusi panel, mengikuti sesi tanya-jawab setelah presentasi, dan masih banyak lagi.

UI sedang memperkenalkan program pengembangan proses pembelajaran berorientasi *learner centered* yang dikenal dengan nama Program Dasar Pendidikan Tinggi (PDPT) telah dikembangkan sejak tahun 2001. program ini mengalami beberapa tahapan pengembangan ke arah perbaikan, baik dari aspek manajemennya maupun dari aspek substansinya. Program ini bertujuan untuk mengimplementasikan sistem pembelajaran terpadu untuk mahasiswa program pendidikan sarjana reguler tahun pertama sehingga mahasiswa memperoleh dasar yang diperlukan untuk: (a) Berfikir kritis dan kreatif, (b) Memiliki keingintahuan intelektual, (c) Memiliki keterampilan untuk memecahkan masalah, (d) Memiliki keterampilan untuk bekerjasama dalam tim, (e) Berkomunikasi secara efektif, (f) Memiliki integritas dan kesadaran, serta bersikap sesuai dengan etika profesi. Kemudian, pengembangan dan pelaksanaan kurikulum berbasis kompetensi,

seperti yang telah diterapkan di Fakultas Kedokteran sejak tahun 1995 mulai dilaksanakan secara utuh pada tahun 2006 (Warsa, U. C, 2007).

Peneliti telah mendapatkan kuliah komunikasi dalam mata kuliah Komunikasi Keperawatan dan kuliah tentang ansietas/kecemasan dalam mata ajar Keperawatan Jiwa. Sebagai mahasiswa dan calon perawat, peneliti menyadari bahwa keterampilan berkomunikasi merupakan keterampilan dasar perawat profesional dalam interaksi terapeutik antara perawat dan klien. Namun, saat ini peneliti tidak akan meneliti hal yang berkaitan dengan komunikasi terapeutik perawat karena peneliti masih duduk di bangku akademik sedangkan komunikasi terapeutik lebih banyak diterapkan langsung kepada klien berada di area klinik. Lagipula, untuk mengkaji komunikasi terapeutik perawat di klinik akan lebih relevan dan mendalam jika dilakukan dengan desain penelitian kualitatif.

Peneliti lebih berfokus kepada komunikasi intrapersonal secara umum. Komunikasi tersebut salah satunya adalah berupa komunikasi di depan umum. Peneliti juga mengingat bahwa klien yang akan dilayani bukan hanya individu yang secara personal di klinik tapi juga individu dalam populasi di komunitas atau bahkan komunitas sendiri. Dengan bertumpu pada konsep dasar komunikasi, peneliti berpikir bahwa beberapa prinsip komunikasi publik dapat memperluas pemahaman peneliti tentang komunikasi guna mengembangkan keterampilan komunikasi perawat profesional di kemudian hari.

1.2. Rumusan Masalah

Komunikasi menjadi alat bagi seseorang untuk terus dapat mengembangkan diri. Salah satu bentuk komunikasi yang memfasilitasi seseorang untuk dapat mencapai aktualisasi diri dalam lingkungan sosial adalah dengan berbicara di depan umum. Akan tetapi, usaha berbicara di depan umum dengan efektif sering terkendala oleh munculnya respon tubuh berupa kecemasan. Kecemasan tersebut muncul sebagai interpretasi seseorang bahwa berbicara di depan umum merupakan *stressor* yang besar bagi diri mereka. Pearson, Nelson, Titswort, & Harter (2004) mengungkapkan, "Bagaimana Anda memandang diri Anda, bal tersebut dapat

membuat perbedaan besar dalam cara Anda berkomunikasi.” Sekumpulan keyakinan/kepercayaan tentang cara pandang seseorang terhadap dirinya disebut konsep diri (Pearson, Nelson, Titswort, & Harter, 2006). Berdasarkan latar belakang yang telah peneliti paparkan, maka permasalahan pokok yang dapat dirumuskan dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di muka umum pada mahasiswa reguler angkatan 2008 di Universitas Indonesia?

1.3. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dilakukannya penelitian ini adalah:

1.3.1 Tujuan Umum:

Mengetahui hubungan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa reguler angkatan 2008 Universitas Indonesia.

1.3.2 Tujuan Khusus:

1. Teridentifikasi karakteristik mahasiswa mahasiswa reguler angkatan 2008 Universitas Indonesia.
2. Teridentifikasi kualitas konsep diri mahasiswa mahasiswa reguler angkatan 2008 Universitas Indonesia.
3. Diketahui tingkat kecemasan mahasiswa mahasiswa reguler angkatan 2008 Universitas Indonesia saat berbicara di depan umum.
4. Diketahui hubungan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa reguler angkatan 2008 Universitas Indonesia.

1.4. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.4.1. Bagi responden

- a) Meningkatkan pengetahuan responden tentang konsep diri dan kecemasan mereka ketika berbicara di depan umum.
- b) Memotivasi responden untuk memiliki konsep diri yang positif.
- c) Meningkatkan pengetahuan responden tentang cara mengurangi rasa cemas yang berkaitan dengan proses berbicara di depan umum.

1.4.2. Bagi Pelayanan Keperawatan

- a) Meningkatkan pengetahuan perawat tentang teknik komunikasi, khususnya komunikasi publik.
- b) Menambah informasi perawat tentang munculnya kecemasan berbicara di depan umum.
- c) Meningkatkan pengetahuan perawat tentang hubungan antara konsep diri dan kecemasan berbicara di depan umum.

1.4.3. Bagi Institusi Pendidikan

- a) Memberikan informasi kepada institusi pendidikan tentang kecemasan mahasiswa saat berbicara di depan umum terkait dengan konsep diri mahasiswa tersebut.
- b) Memotivasi pengajar agar lebih memperhatikan konsep diri mahasiswa.

1.4.4. Bagi Masyarakat

- a) Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hubungan antara konsep diri dan kecemasan berbicara di depan umum.
- b) Memotivasi masyarakat, khususnya para profesional untuk dapat memiliki konsep diri yang baik dan meningkatkan keterampilan berkomunikasi.

1.4.5. Bagi Peneliti

- a) Sebagai pengalaman belajar melakukan riset untuk pertama kalinya tentang hubungan antara konsep diri dan kecemasan berbicara di depan umum.
- b) Sebagai mahasiswa, peneliti berpikir bahwa ilmu berkomunikasi di depan umum ini membantu meningkatkan motivasi dan keinginan untuk dapat melatih diri berkomunikasi di depan umum dengan lebih baik, terutama saat presentasi di kelas.

- c) Peneliti dapat mengidentifikasi konsep diri peneliti sendiri kemudian mengkorelasikannya dengan gaya berkomunikasi peneliti saat ini sebagai bentuk evaluasi diri.
- d) Untuk mengembangkan penelitian keperawatan yang sifatnya lebih besar dan bermanfaat bagi kemajuan profesi keperawatan, khususnya di Indonesia.



MILIK PERPUSTAKAAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS INDONESIA

BAB II

STUDI KEPUSTAKAAN

Tinjauan pustaka berisi tinjauan singkat dan jelas atas pustaka yang menimbulkan gagasan dan mendasari penelitian (Hidayat, 2007).

2.1. Tinjauan Teori

2.1.1. Berbicara di Depan Umum (*Public Speaking*)

Ahli pidato Romawi, Seneca mengatakan, "Berbicara adalah petunjuk manusia" (Carpio & Encarnacion, 2005). Seseorang dapat menyampaikan suatu pesan yang tersimpan dalam pikiran dan perasaannya melalui proses bicara/komunikasi. Komunikasi adalah penyampaian makna secara sengaja maupun tidak sengaja. Komunikasi juga merupakan proses yang terjadi ketika seseorang melakukan pengamatan atau melakukan tindakan yang mengandung makna. Komunikasi terjadi ketika seseorang melakukan (perilaku simbolis) atau mengatakan sesuatu yang kemudian diterjemahkan sebagai sebuah pesan oleh orang lain, dimana perilaku tersebut dapat mempengaruhi orang lain (Gamble & Gamble, 2005). Intinya, komunikasi adalah suatu bentuk interaksi antara pengirim pesan dengan penerima pesan, baik berupa pesan verbal maupun non verbal atau secara langsung dan tidak langsung, dimana pesan yang disampaikan pengirim dapat mempengaruhi penerima.

Potter dan Perry (2005) menyatakan bahwa komunikasi adalah elemen dasar dari interaksi manusia yang memungkinkan seseorang untuk menetapkan, mempertahankan, dan meningkatkan kontak dengan orang lain. Banyak orang menganggap bahwa berkomunikasi adalah hal yang mudah karena setiap hari setiap manusia selalu berkomunikasi. Tantowi Yahya *Public Speaking School* (2008) menyebutkan fakta bahwa setiap manusia mengeluarkan 60.000 kata sehari dalam keadaan normal dan 85% dari kata yang dikeluarkan manusia setiap hari tersebut sangat berpengaruh terhadap kesuksesan hidupnya. Komunikasi merupakan proses yang kompleks yang melibatkan tingkah laku dan hubungan serta memungkinkan individu berasosiasi dengan orang lain dan dengan

lingkungan sekitarnya (Potter & Perry, 2005). Ini membuktikan bahwa manusia tidak dapat dipisahkan dari komunikasi.

Komunikasi dapat dibedakan menjadi tujuh bentuk (Gamble & Gamble, 2005). Pertama, komunikasi intrapersonal, yaitu komunikasi yang terjadi ketika seseorang berpikir, berbicara, belajar, berpendapat, dan mengevaluasi dirinya sendiri. Kedua, komunikasi interpersonal yang terjadi ketika seseorang berinteraksi, belajar, dan berperilaku terhadap orang lain dengan cara tertentu untuk mempertahankan atau mengakhiri suatu hubungan. Selanjutnya, komunikasi kelompok terjadi ketika seseorang berinteraksi dengan sejumlah orang untuk berbagi informasi, mengembangkan ide, membuat keputusan, menyelesaikan masalah, memberi dukungan, dan bersenang-senang bersama. Komunikasi publik juga termasuk salah satu diantara tujuh bentuk komunikasi. Komunikasi publik terjadi ketika seseorang memberikan informasi dan mempengaruhi sejumlah pendengar untuk memiliki sikap, nilai, atau kepercayaan. Hal tersebut akan membuat pendengar berpikir, percaya, dan bertindak. Di sisi lain, untuk meminta pendengar melakukan hal yang sama, seseorang dapat menempatkan diri sebagai bagian dari pendengar tersebut. Di samping itu, masih ada yang disebut komunikasi massa. Komunikasi massa bekerja dengan cara menghibur, memberikan berita-berita, dan mempengaruhi seseorang. Bentuk terakhir dari komunikasi adalah komunikasi *online* atau dengan mesin. Di sini seseorang menggunakan dunia maya (*cyberspace*) untuk bercakap-cakap, meneliti atau bertukar pikiran, dan membangun relasi dengan orang lain melalui komputer dan internet (Gamble & Gamble, 2005).

Komunikasi membutuhkan elemen-elemen yang saling berinteraksi. Elemen pertama adalah manusia yang terdiri dari pengirim (*sender*) yaitu orang yang menyampaikan (*encode*) pesan dan penerima (*receiver*) yaitu orang yang menerima (*decode*) pesan. Selanjutnya satu elemen yang menjadi penghubung interaksi adalah pesan. Pesan dapat berupa pesan verbal maupun nonverbal. Pesan tersebut meliputi apa yang dibicarakan, kata yang digunakan untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan, suara, cara duduk dan gerak tubuh

(*gestures*), ekspresi wajah, dan mungkin sentuhan atau penciuman yang bersifat komunikatif. Elemen berikutnya adalah media komunikasi, suara gaduh (internal atau eksternal), konteks/latar, umpan balik (positif atau negatif), dan dampak dari komunikasi yang tidak terlalu perlu dijelaskan di sini (Gamble & Gamble, 2005).

Komunikasi tidak dapat dipisahkan dari konteks kehidupan bersama dua atau lebih manusia. Sebagai suatu bagian dari perlengkapan profesional, berbicara paling sering digunakan oleh orang yang menduduki posisi pertanggungjawaban yang besar (Carpio & Encarnacion, 2005). Berbicara di depan umum adalah kegiatan menyiapkan, menyusun, dan menyampaikan sebuah presentasi kepada pendengar (Gamble & Gamble, 2005). Komunikasi publik adalah interaksi satu orang dengan sekumpulan orang dalam jumlah yang besar (Potter & Perry, 2005). Komunikasi publik terjadi ketika seseorang harus berdiri, menentukan, menjelaskan, mendukung, berargumentasi menentang sebuah gagasan atau seseorang (Carpio & Encarnacion, 2005). Dalam komunikasi publik, seseorang harus menempati posisi sebagai pembicara dan orang lain menjadi pendengar (pendengar). Partisipan berhadapan langsung (*face to face*) dengan pembicara sementara terjadi proses pengiriman dan penerimaan stimulus yang komunikatif (Tubbs & Moss, 2003).

Keseimbangan proses pengiriman pesan dalam komunikasi publik terjadi apabila pembicara berinisiatif untuk menyampaikan pesan verbal lalu pendengar juga memberikan umpan balik sebagai respon stimulus dari pembicara. Misalnya pendengar dapat memberikan tepuk tangan, tertawa, bersorak (Tubbs & Moss, 2003). Namun, sekalipun tidak ada keseimbangan seperti itu komunikasi langsung (*face to face*) akan tetap berlangsung.

Berbicara di depan umum bersifat formal, terstruktur, dan terencana (Pearson, Nelson, Titswort, & Harter, 2006). Misalnya bertempat di auditorium, ruang kelas, kantor, dan tempat-tempat pertemuan khusus. Untuk itu, seseorang biasanya telah mencatat dalam agenda jadwal untuk berkomunikasi di depan publik. Menurut Gamble (2005), proses mempersiapkan bahan untuk berbicara di depan

umum melalui empat tahap, yaitu: pemilihan topik, pengembangan topik, presentasi, dan *post* presentasi.

Berbicara di muka umum memiliki ciri-ciri khusus yang membedakannya dengan percakapan biasa, yaitu (1) ada batasan waktu bagi pembicara dan pendengar pun tidak bebas melakukan interupsi untuk bertanya atau berkomentar, (2) dilakukan untuk tujuan tertentu, sehingga memerlukan persiapan sebelumnya, (3) menggunakan bahasa formal (istilah-istilah yang baku dan tata bahasa yang baik), (4) menggunakan suara dengan identitas tertentu agar terdengar jelas oleh seluruh pendengar, (5) menggunakan gerak-gerik tubuh yang mendukung, dan (6) menghindari sikap/kebiasaan verbal yang dapat mengganggu konsentrasi pendengar.

2.1.2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Komunikasi

Persepsi mempengaruhi konsep diri, kedewasaan diri, dan pembawaan diri. Persepsi dan komunikasi saling mempengaruhi satu sama lain. Persepsi juga mempengaruhi pengalaman dan pengenalan serta kita dengan orang lain. Setiap orang memiliki cara yang unik dan subjektif dalam memandang dunia – cara melihat, mendengar, mencium, menyentuh, dan merasakan. Tidak ada seorang pun yang memandang dunia sama persis sepertimu, dan tidak ada seorang pun yang memiliki pengalaman tepat sama sepertimu (Pearson, Nelson, Titswort, & Harter, 2006). Persepsi adalah proses menjadi peka terhadap benda dan kegiatan melalui cara pandang seseorang (DeVito, 1986 dalam Pearson, Nelson, Titswort, & Harter, 2006).

Atribusi (*attribution*) juga mempengaruhi proses komunikasi. Atribusi adalah pemberian arti atas perilaku seseorang terhadap diri sendiri. Atribusi dapat berubah-ubah sesuai dengan relasi kita dengan orang lain (Manusov, Trees, Reddick, Rowe, & Easley, 1998 dalam Pearson, Nelson, Titswort, & Harter, 2006). Faktor selanjutnya adalah kesadaran diri (*self awareness*), yaitu sebuah pemahaman dan penglihatan ke dalam diri sendiri meliputi sikap, nilai, kepercayaan, kekuatan, dan kelemahan (DeVito, 1986, p.274 dalam Pearson,

Nelson, Titswort, & Harter, 2006). Kesadaran diri dihubungkan dengan masa lalu, masa sekarang, dan masa depan seseorang. Kesadaran diri berkembang dalam komunikasi dengan diri kita sendiri atau komunikasi intrapersonal. Shedletsky (1989) menyatakan bahwa komunikasi intrapersonal meliputi persepsi, memori/ingatan, opini, ide, interpretasi, strategi, gambaran, dan kesadaran diri. Dalam suatu komunikasi seseorang akan menerima *symbolic interactionism* dari orang lain yang membentuk dirinya saat itu. *Symbolic interactionism* adalah perkembangan kepribadian melalui pesan dan umpan balik yang diterima dari orang lain (Mead, 1934 dalam Pearson, Nelson, Titswort, & Harter, 2006).

Faktor lain yang mempengaruhi komunikasi adalah pembawaan/penampilan diri (*self presentation*). *Self presentation* adalah cara seseorang menampilkan diri kepada orang lain. Menurut Erving Goffman (1959, 1874, 1981), individu diibaratkan "pemain" dan interaksi diibaratkan "pertunjukkan" dalam konteks dan situasi tertentu untuk menimbulkan kesan kepada orang lain sesuai dengan harapan individu tersebut (Pearson, Nelson, Titswort, & Harter, 2006).

3.1.3. Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Kecemasan adalah ketakutan yang tidak realistis sehingga muncul manifestasi diri berupa reaksi psikologis dan perilaku yang menghindar atau melepaskan diri dari stimulus yang menyebabkan terjadinya kecemasan (Greenberg, 2006). Kecemasan adalah respon psikologis primer dari stres yang biasanya diekspresikan secara alami dan diasosiasikan dengan perasaan tidak percaya dan tidak berdaya (Townsend, 2005). Menurut Charles Spielberger kecemasan adalah perasaan penuh ketegangan, ketakutan akan suatu hal yang akan terjadi, kegelisahan, dan kekhawatiran yang bersifat subjektif disertai aktivasi atau stimulasi sistem saraf otonom (Greenber, 2006). Jadi, cemas merupakan salah satu bentuk mekanisme pertahanan terhadap stres yang dialami oleh individu sebagai usaha untuk mengurangi stres tersebut.

Perbedaan antara ketakutan dan kecemasan terlihat melalui pengertian ketakutan yang adalah respon rasional terhadap suatu hal nyata yang berbahaya sedangkan

kecemasan biasanya tidak memiliki sebab atau sebabnya tidak jelas atau tidak nyata (Murray, 1995). Kecemasan adalah sebuah emosi dan pengalaman subjektif yang bersifat individual yang tidak dapat diobservasi secara langsung (Stuart & Laraia, 2005). Menurut Freud, kecemasan didefinisikan sebagai perasaan tegang, tertekan, dan tidak nyaman yang diakibatkan oleh hilangnya kontrol pikiran sehingga seseorang merasa terancam oleh bahaya eksternal (Fontaine, 2003). Hal ini menegaskan bahwa kecemasan tidak sama dengan ketakutan.

Ketika seseorang menghadapi sebuah situasi khusus, seperti berbicara di depan umum, seringkali ia menunjukkan peningkatan nervus/kegelisahan (Mladenka *at al*, 1998 dalam Gamble 2005). Kira-kira 20% orang Amerika memiliki kecemasan berbicara di depan umum jauh lebih besar daripada ketakutan disengat lebah, kecelakaan, ketinggian, atau bahkan kematian (Potter, 1998 dalam Gamble & Gamble, 2005). Ketakutan atau kecemasan dapat mempengaruhi pembicara sebelum, saat, dan sesudah berbicara di depan umum (Sellnow, 1992; Martin, 1992; McCroskey *at al*, 1989 dalam Gamble & Gamble, 2005). Mahasiswa kadang-kadang memerlukan kecemasan ini sebagai kekuatan positif yang memotivasi mereka untuk menampilkan presentasi yang terbaik (Gamble & Gamble, 2005). Kecemasan tidak hanya merugikan orang yang sedang berbicara di depan umum, namun juga berguna sebagai sumber motivasi untuk memberikan penampilan yang terbaik dari diri seseorang.

Menurut Gamble (2005), penyebab pertama kecemasan berbicara di depan umum adalah ketakutan akan ketidakmampuan. Perasaan tidak mampu ini membentuk pemikiran bahwa seseorang berada pada posisi inferior dan tidak sanggup melakukan sesuatu. Hal ini mungkin disebabkan oleh asumsi bahwa orang tersebut takut tidak dapat menulis atau berbicara dengan baik. Penyebab kedua adalah ketakutan tanpa sebab. Pekerjaan atau tempat yang baru dapat menyebabkan perasaan takut kepada rekan kerja, situasi, dan semua tanggungjawab yang belum dipahami, tidak dikenal, atau masih belum jelas. Selanjutnya adalah karena ketakutan dihakimi (dikritik). Seseorang biasanya sangat sensitif dengan kritik dari orang lain sehingga seorang yang berbicara di depan umum berpikir

lebih baik menghindarinya. Penyebab terakhir adalah ketakutan akan konsekuensi atau risiko yang harus diterima. Misalnya, seseorang berpikir tentang dua hal mendasar yang mungkin terjadi adalah orang suka atau tidak menyukai presentasinya, presentasinya sukses atau gagal, dan lain-lain. Hal ini sebenarnya bisa diatasi dengan melakukan persiapan sebaik mungkin.

Seorang pembicara handal, Mears, menuliskan dalam bukunya bahwa ada enam alasan seseorang cemas berbicara di depan umum, yaitu cemas karena hal yang tidak diketahui, cemas disalahtafsirkan, takut terhadap audiens, cemas tidak didengarkan, takut terhadap diri sendiri, dan cemas terhadap respon fisik yang muncul saat berbicara di depan umum (Mears, 2008).

Kecemasan dapat diekspresikan melalui respon psikologis dan psikomotor/perilaku atau secara tidak langsung melalui mekanisme koping seseorang dan gejala yang muncul (Stuart & Laraia, 2005). Tanda dan gejala cemas adalah denyut jantung yang cepat dan ireguler, nyeri perut, tangan, lengan atau kaki bergetar, mulut kering, leher kaku, serak di tenggorokan, mual, diare, dan kelelahan (Gamble & Gamble, 2005).

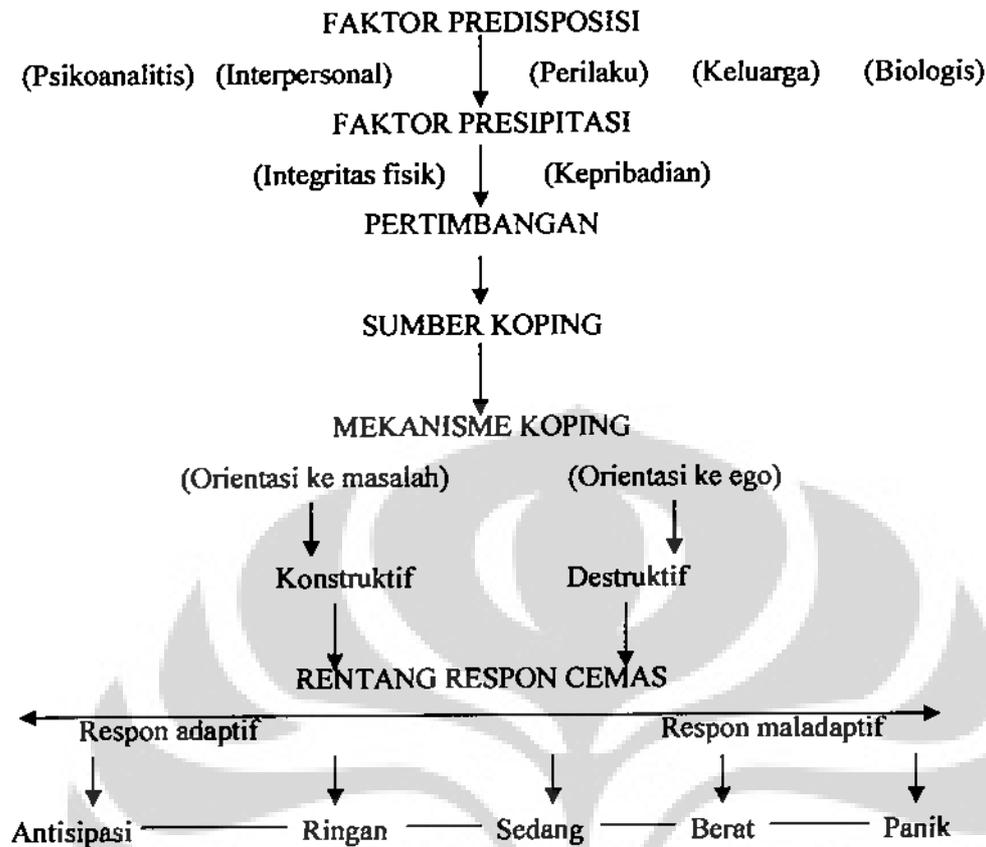
Tingkatan cemas (Peplau, 1963 dalam Townsend, 2005) dibedakan menjadi empat bagian, yaitu cemas ringan (*mild anxiety*), cemas sedang (*moderate anxiety*), cemas berat (*severe anxiety*), dan panik (*panic anxiety*). Cemas ringan terjadi setiap hari, tapi jarang menimbulkan masalah. Sebaliknya, cemas ringan dapat memotivasi seseorang untuk lebih produktif, memperluas lapang pandang/persepsi, dan menjadikan seseorang lebih waspada terhadap lingkungan sekitar. Teori intrapersonal Freud menyebutkan bahwa kecemasan berlangsung terus-menerus (Fontaine, 2003). Seseorang dapat berespon dengan bermacam-macam cara untuk menghadapi stres, baik dengan berfokus pada masalah, kognitif, maupun emosional. Hal ini dinamakan mekanisme koping (Townsend, 2005). Pada tahun 1963, Menninger mendeskripsikan mekanisme koping yang digunakan untuk memulihkan cemas dalam situasi yang membuat stres adalah dengan tidur, makan, latihan fisik, merokok, menangis, menarik napas dalam,

minum, melamun, tertawa, menjadi lebih serius, sangat berhati-hati, menggoyang-goyangkan kaki, terlihat banyak bergerak, mengetuk-ngetukkan kuku atau jari, dan berbicara kepada seseorang tentang perasaannya (Townsend, 2005).

Tingkat cemas yang kedua adalah cemas sedang. Saat seseorang mengalami cemas sedang, kewaspadaan terhadap lingkungan dan fokus perhatian atau konsentrasinya akan menurun. Mekanisme koping yang sering digunakan untuk bertahan adalah dengan menggunakan kekuatan ego (pemikiran rasional). Seperti yang dikatakan oleh Anna Freud pada tahun 1953 (Townsend, 2005) bahwa mekanisme pertahanan dipakai untuk melawan sesuatu yang mengancam integritas biologis dan psikologis seseorang.

Pada tingkat cemas berat seseorang akan mengalami kesulitan dalam mengerjakan pekerjaan yang sangat mudah sekalipun. Gejala fisik yang biasa terjadi misalnya sakit kepala, palpitasi, dan insomnia. Sedangkan gejala psikologis yang terjadi muncul misalnya bingung, sangat ketakutan, dan depresi. Cemas berat yang tidak diatasi dengan mekanisme koping yang baik dapat mengakibatkan pola perilaku psikoneurotik yang disebut neurosis. Neurosis adalah gangguan mental yang ditandai dengan adanya cemas tingkat tinggi yang diekspresikan secara langsung atau melalui mekanisme koping. Gejalanya adalah obsesif, kompulsif, fobia, atau disfungsi seksual (Sadock & Sadock, 2003 dalam Townsend 2005).

Tingkat cemas yang terakhir adalah panik. Seseorang menjadi sangat sulit untuk fokus pada satu pekerjaan. Biasanya muncul kesalahpahaman atau gangguan orientasi realita sehingga dapat juga mengakibatkan halusinasi atau delusi. Individu yang mengalami panik mungkin berpikir bahwa mereka memiliki penyakit atau mengalami ketakutan yang mengancam nyawa sehingga mereka menjadi 'gila', kehilangan kendali, dan emosinya labil (*American Psychological Association*, 2000). Jika telah terjadi halusinasi dan delusi, maka individu tersebut dapat dikategorikan dalam psikosis, yaitu gangguan mental yang dapat merusak fungsi interpersonal dan relasional seseorang dengan lingkungan eksternal (Townsend, 2005).



Skema 2.1.3 Model Adaptasi Stres Stuart Berkaitan dengan Rentang Cemas
(Stuart & Larcia, 2001).

2.1.4. Konsep Diri dan Hubungannya dengan Komunikasi

Setiap individu mengalami proses perkembangan sejak lahir hingga meninggal nantinya. Salah satunya adalah perkembangan dalam mempersepsikan dan mengidentifikasi diri. Semakin dewasa seseorang akan semakin merasa spesial, unik, dan mandiri. Kemudian, individu yang berinteraksi dengan lingkungan sosial, secara tidak langsung dalam dirinya akan terbentuk konsep diri. Konsep diri adalah sekumpulan keyakinan yang kita pegang tentang siapa diri kita (Jewell, 2006). Pada tahun 1963, Sullivan menyebut perkembangan ini sebagai "belajar tentang diri sendiri dengan bercermin kepada orang lain." Seseorang dengan konsep diri negatif biasanya memiliki persepsi yang sempit tentang diri. Karena ia mudah merasa terancam, tingkat cemasnya akan cepat meningkat dan mengasihani diri sendiri. Sebaliknya, seseorang dengan konsep diri yang kuat atau positif dapat memandang dunia dengan pikiran terbuka dan jujur karena ia

memiliki latar belakang penerimaan diri. Konsep diri yang positif berasal dari pengalaman positif dalam menjalani kehidupan yang penuh dengan persaingan (Stuart & Laraia, 2001).

Brooks dan Emmert (1976: 42-43) menjelaskan empat tanda orang yang memiliki konsep diri negatif. Pertama, ia peka terhadap kritik sehingga mudah sekali menjadi marah. Orang tipe ini seringkali menghindari dialog terbuka dan cenderung mempertahankan pendapat dengan berbagai justifikasi. Kedua, orang tersebut biasanya sangat responsif terhadap pujian. Namun, di sisi lain mereka juga menjadi suka mengkritik (*hiperkritis*) kelebihan orang lain. Mereka selalu mengeluh, mencela atau meremehkan orang lain dan tidak mampu memberikan penghargaan atau pujian kepada orang lain. Inilah sifat yang ketiga, *hiperkritis*. Ciri keempat adalah cenderung merasa tidak disenangi orang lain, tertolak, tidak diperhatikan. Akan tetapi, mereka tidak akan merasa bersalah. Sebaliknya mereka membuat justifikasi bahwa sistem sosial-lah yang salah. Yang terakhir adalah sikap pesimis (Rakhmat, 1996). Sebaliknya, orang yang memiliki konsep diri positif dapat dilihat dari ciri-cirinya yang yakin akan kemampuannya mengatasi masalah, merasa setara dengan orang lain, menerima pujian tanpa rasa malu, memahami perbedaan yang heterogen dalam sistem sosial, dan sanggup memperbaiki diri/optimis (Rakhmat, 1996).

Konsep diri dapat terlihat dari gambar diri, ideal diri, harga diri, penampilan peran, dan identitas personal. Gambar diri merupakan aspek mendasar dalam pembentukan konsep diri seseorang. Gambar diri adalah perilaku sadar atau tidaknya seseorang dengan kondisi tubuhnya, misalnya masalah ukuran, fungsi, penampilan, dan potensi/kemampuan anggota badannya. Individu dapat merasa gemuk atau kurus, menarik atau tidak menarik, lemah atau kuat (Stuart & Laraia, 2001).

Kita semua memiliki harapan untuk ide atau citra tertentu yang kita inginkan ada pada diri kita (Robbin & Jones, 2008). Ideal diri adalah persepsi seseorang tentang cara bertingkah laku/bersikap dan membandingkannya dengan standar pada diri

orang lain. Pada remaja, ideal diri terbentuk dari proses identifikasi terhadap orangtua, guru, atau teman (*peer group*). Ideal diri seharusnya tetap terjaga dengan baik, tidak menjadi terlalu tinggi atau juga menjadi tidak realistis, karena dengan ideal diri seseorang mendapatkan penghargaan diri (Stuart & Laraia, 2001).

Harga diri adalah penilaian individu terhadap diri sendiri berdasarkan kesesuaian antara perilaku dan ideal dirinya. Harga diri muncul dari diri sendiri dan orang lain. Harga diri alami didapat seseorang saat masih anak-anak berdasarkan penerimaan, kehangatan, pengakuan, konsistensi, pujian, dan penghargaan dari orang lain, terutama orang tua. Seiring dengan perubahan ke masa remaja, dewasa, dan lanjut usia, harga diri individu akan meningkat. Akan tetapi, tantangan yang datang juga semakin besar, misalnya remaja saat di tempat kerja, lanjut usia cemas akan masa pensiun, kehilangan pasangan, dan kelamahan fisik. Masa dewasa adalah masa paling stabil bagi harga diri seseorang karena biasanya orang telah memiliki kematangan dalam mengkopling setiap masalah (Stuart & Laraia, 2001).

Penampilan peran adalah kumpulan pola perilaku sosial yang diharapkan seseorang dan dihubungkan dengan fungsi individu dalam kelompok sosial yang berbeda. Faktor-faktor yang mempengaruhi penampilan peran seseorang adalah pengetahuan individu tentang peran spesifik yang yang diharapkan, respon yang konsisten dari orang-orang yang mendukung untuk satu peran yang dijalani, dan keselarasan antara latar belakang budaya dengan perilaku seseorang dalam menjalankan perannya (Stuart & Laraia, 2001).

Identitas personal berbeda dengan harga diri. Identitas personal merupakan kesadaran diri seseorang sebagai individu yang berada di suatu tempat. Ketika seseorang berperilaku sesuai dengan harga dirinya, maka identitas dirinya pun meningkat; sebaliknya jika seseorang berperilaku tidak sejalan dengan harga dirinya, maka ia akan mengalami kecemasan dan kesulitan (Stuart & Laraia, 2001).

Sebelum kita berkomunikasi dengan orang lain kita perlu berfokus dan memahami diri kita terlebih dulu karena sumber dari kapasitas berbicara ada dalam diri kita. Dengan mengenal secara detail tentang diri kita, maka kita akan semakin sadar diri dan lebih sensitif akan pikiran dan perasaan kita (Gamble & Gamble, 2005). Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri seseorang adalah tahap perkembangannya, keluarga dan kebudayaan, stressor, sumber-sumber pendukung baik internal individu maupun eksternal, pengalaman kesuksesan atau kegagalan, dan penyakit yang diderita (Kozier, Erb, Berman, & Snyder, 2004). Seseorang yang sering mendapatkan *stressor* biasanya akan semakin membentuk mekanisme koping/pertahanan yang lebih baik dibandingkan seseorang yang tidak pernah mendapat tekanan lalu mendapatkan untuk pertama kalinya.

2.2. Mahasiswa Baru

Mahasiswa baru yang peneliti maksudkan adalah mahasiswa yang duduk di tahun pertama perkuliahan. Peneliti bermaksud untuk menetapkan standar usia responden, yaitu tergolong remaja, usia 11-20 tahun. Dalam buku "*Wong's Nursing Care of Infant and Children*," disebutkan bahwa remaja dikategorikan remaja awal pada usia 11-14 tahun, remaja pertengahan pada usia 15-17 tahun, dan remaja akhir pada usia 18-20 tahun. Terdapat banyak perubahan, kesempatan, tekanan, keterampilan, dan nilai-nilai pada tiap fasenya. Pada remaja awal biasanya dikarakteristikan dengan mulainya pubertas dan respon untuk menghadapinya. Remaja pertengahan merupakan fase transisi dan lebih berorientasi pada teman. Pada tahap ini, remaja biasanya menggemari musik, pakaian dan penampilan, bahasa, dan perilaku yang unik. Terakhir adalah fase dimana remaja akan beranjak ke masa dewasa, sehingga mereka cenderung berpartisipasi dalam peran orang dewasa dalam bekerja dan mengembangkan hubungan yang lebih matang (Hockenberry & Wilson, 2007). Jadi, remaja memiliki keunikan khusus pada tiap fase perkembangannya.

Pada fase remaja, seseorang biasanya mulai berpikir abstrak tentang diri sendiri. Mereka lebih berfokus kepada deskripsi diri, hubungan personal dan interpersonal, kepercayaan/keyakinan, dan kondisi emosi. Mereka juga mulai membentuk konsep diri yang berbeda dan menyadari bahwa perilaku dan

penampilan mereka berbeda dari satu tempat ke tempat lain. Dan dalam fase ini, mereka sering menyangka bahwa pemikiran abstrak yang dimilikinya adalah karakter pribadinya, misalnya, "Saya adalah seorang yang sensitif" (Harter, 1990 dalam Hockenberry & Wilson, 2007). Oleh sebab itu, konsep diri mulai terbentuk pada awal fase remaja dan berlangsung hingga fase akhir remaja. Masa remaja juga merupakan tahap kompetensi bahasa lengkap, dimana keterampilan dan performansi tata bahasa menjadi lebih sistematis (Ali & Asrori, 2008).

Perkuliahan merupakan masa yang penuh dengan stresor bagi sebagian mahasiswa. Peneliti Towbes dan Cohen (1996) menyimpulkan bahwa mahasiswa cenderung mengalami stres kronik sebagai akibat dari pengalaman dan pengaturan transisi tahap perkembangan remaja. Stresor yang diterima misalnya perubahan gaya hidup yang dramatis dari SMA ke perguruan tinggi, tingkat/jenjang studi, beban studi, pergaulan, hubungan kasih sayang, rasa malu, rasa cemburu, dan perpisahan (Greenberg, 2006).

2.3. Penelitian Terkait

Penelitian yang dilakukan oleh Roekminiwati, mahasiswi Fakultas Psikologi UI angkatan 2002 berjudul: Hubungan konsep diri dengan kecemasan komunikasi pada mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Statistik Jakarta (STIS). Dengan metode kuantitatif, penelitian ini mengambil sampel 156 orang. Kemudian ia mendapatkan hasil bahwa konsep diri mempunyai hubungan yang sangat nyata dengan kecemasan komunikasi. Hubungan ini negatif, yang mana ditandai dengan koefisien korelasi antara variabel konsep diri dan kecemasan komunikasi sebesar -0.611. Artinya, individu yang mempunyai konsep diri yang rendah akan mengalami kecemasan komunikasi lebih tinggi, dan individu yang mempunyai konsep diri tinggi akan mengalami kecemasan komunikasi yang lebih rendah. Hasil penelitian juga menunjukkan tidak ada perbedaan konsep diri maupun kecemasan komunikasi pada tingkat usia dan jenis kelamin yang berbeda (Roekminiwati, 2002).

Penelitian oleh Maria Magdalena S. pada Juni 1996 membutuhkan sampel 191 orang, yang terdiri dari mahasiswa S-1 dari berbagai fakultas di Universitas Indonesia. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *incidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan alat ukur berupa kusioner berdasarkan skala Likert, yang terdiri dari pengantar mengenai berbicara di muka umum, skala yang mengukur kesadaran diri, skala yang mengukur kecemasan berbicara di muka umum, dan data kontrol. Hasil uji hipotesa membuktikan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara kesadaran diri dengan kecemasan berbicara di muka umum. Namun, setelah ditelaah lebih lanjut, ditemukan hubungan yang bervariasi antara tiap dimensi kesadaran diri dengan kecemasan berbicara di muka umum.

Penelitian tentang Penampilan vs Kecemasan dalam Majalah New Orleans Vol. 42, Iss. 7; pg. 44, 2 pgs (Lutz, 2008) menuliskan pernyataan dari Tomlinson bahwa kecemasan penampilan biasa dialami oleh mahasiswa. Mahasiswa banyak melakukan presentasi atau berbicara di dalam kelas. "Mahasiswa hukum pada tahun kedua perkuliahan mengalami sedikit masalah di masa SMA. Mereka masih takut berbicara di depan kelas. Raut muka mereka menjadi kemerahan, menjadi sakit perut, dan suaranya bergetar ketika berbicara," kata Tomlinson. Akhirnya, mereka diberi propanolol (Inderal) sekitar 45 menit sebelum pesentasi. Dan itu berhasil mengatasi kecemasan mereka.

Dwyer, seorang dosen University of Nebraska at Omaha (UNO) pada tahun 2006 mengarahkan mahasiswanya untuk mencari tempat yang membuat mereka nyaman, menyuruh mereka menarik & mengembuskan napas, kemudian meminta mereka: "Senyum!". Ini adalah salah satu senjata teknik relaksasi yang diajarkan oleh Dwyer setiap semester untuk mengatasi kecemasan berbicara di depan umum (Hansen, 2008).

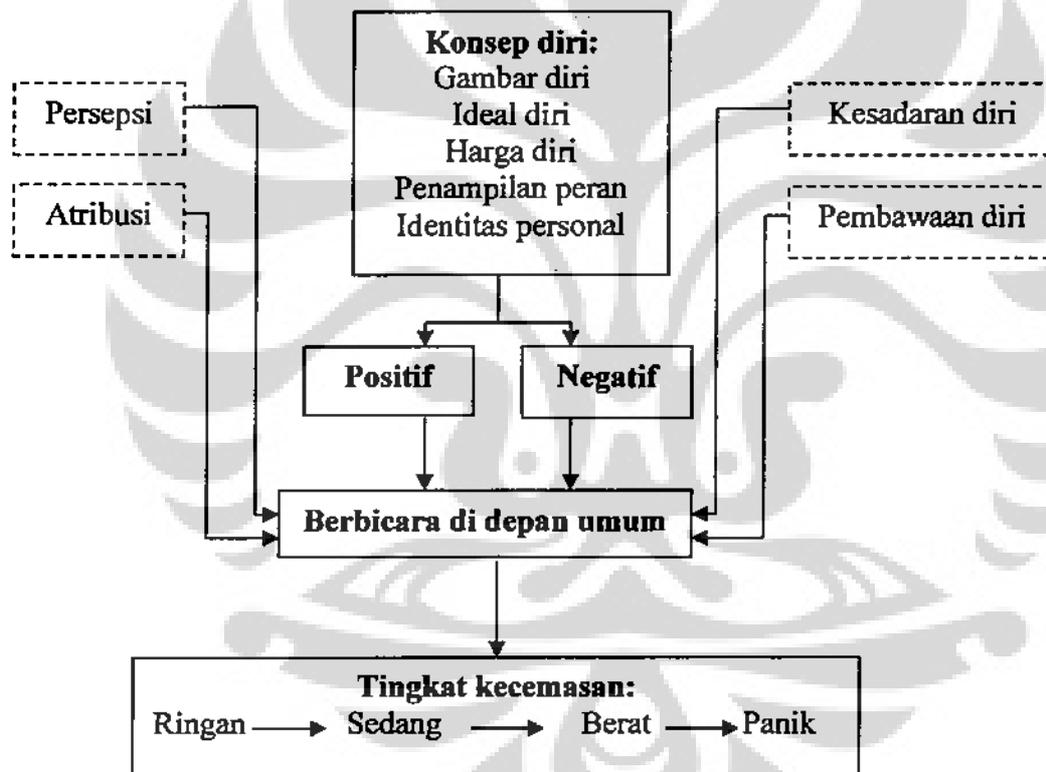
BAB III

KERANGKA KONSEP PENELITIAN

Bab ini berisi tentang kerangka teori, kerangka konsep, hipotesis dan variabel penelitian.

3.1. Kerangka Teori Penelitian

Kerangka teori adalah seperangkat konsep-konsep, definisi, atau masalah yang saling berhubungan di antara variabel dan merepresentasikan sebuah gambaran sistematis suatu fenomena (Kerlinger, 1973 dalam Portney & Watkins, 2000).



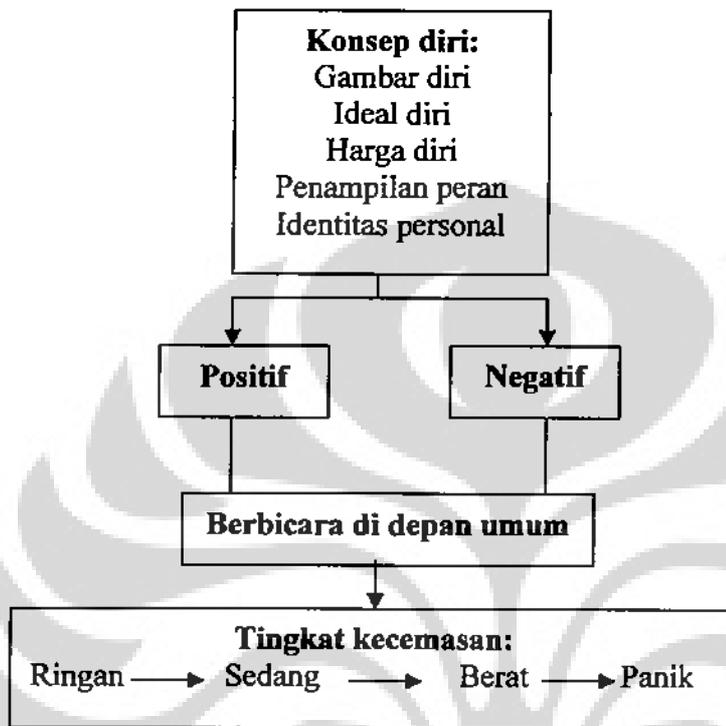
Keterangan:

- : variabel yang diteliti
- : variabel yang tidak diteliti

Skema 3.1.1 Kerangka Teori Penelitian

3.2. Kerangka Konsep Penelitian

Kerangka konsep adalah sebuah abstraksi yang membolehkan kita mengklasifikasikan fenomena alami dan observasi empirik (Portney & Watkins, 2000).



Skema 3.2.1 Kerangka Konsep Penelitian

Penelitian menggali data mengenai tingkat kecemasan tiap-tiap responden saat berbicara di depan umum. Data yang peneliti peroleh bukan data yang didapat langsung pada saat responden mengalami cemas ketika berbicara di depan umum (misalnya, saat presentasi). Akan tetapi, peneliti mendapat data hasil mengingat kembali (*recall*) pengalaman responden saat berbicara di depan umum. Di sisi lain, peneliti juga akan mengambil data dari responden yang berupa kualitas konsep diri yang dimiliki oleh tiap-tiap individu. Kemudian, peneliti akan menyimpulkan apakah kualitas konsep diri tiap-tiap responden tersebut merupakan konsep diri positif atau konsep diri negatif. Setelah kualitas konsep diri responden diketahui, maka hal tersebut dapat dikorelasikan dengan tingkat kecemasan responden dalam rentang ringan, sedang, berat, atau panik.

3.3. Hipotesis Penelitian

3.3.1. Hipotesis Alternatif

Ada korelasi antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa reguler angkatan 2008 Universitas Indonesia.

3.3.2. Hipotesis Nol

Tidak ada korelasi antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa reguler angkatan 2008 Universitas Indonesia.

3.4. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

3.4.1. Variabel Dependen: kecemasan berbicara di depan umum

Definisi Konsep:

- a) Berbicara di depan umum adalah kegiatan menyiapkan, menyusun, dan menyampaikan sebuah presentasi kepada pendengar (Gamble & Gamble, 2005).
- b) Komunikasi publik adalah interaksi satu dengan sekumpulan orang dalam jumlah yang besar (Potter & Perry, 2005).
- c) Kecemasan adalah respon psikologis primer dari stres yang biasanya diekspresikan secara alami dan diasosiasikan dengan perasaan tidak percaya dan tidak berdaya (Townsend, 2005).
- d) Kecemasan adalah emosi dan pengalaman subjektif yang bersifat individual yang tidak dapat diobservasi secara langsung (Stuart & Laraia, 2005).
- e) Menurut Freud, kecemasan didefinisikan sebagai perasaan tegang, tertekan, dan tidak nyaman yang diakibatkan oleh hilangnya kontrol pikiran sehingga seseorang merasa terancam oleh bahaya eksternal (Fontaine, 2003).

Tabel 3.4.1 Definisi Operasional Variabel Dependen

Definisi Operasional	Cara ukur	Alat ukur	Hasil ukur	Skala ukur
Berbicara di depan umum adalah suatu aktivitas komunikasi dua arah dengan tujuan tertentu antara seorang pembicara dengan sekelompok orang secara langsung/ bertatap muka dengan durasi waktu tertentu.	Peneliti memberikan pertanyaan-pertanyaan tertutup kepada para responden tentang respon-respon kecemasan yang pernah dirasakan ketika berbicara di depan umum. Kemudian responden mengisi lembar isian tersebut.	Kuisisioner	Dengan menjumlah skor hasil jawaban kuisisioner. Hasil dikategorikan menjadi empat, yaitu kecemasan ringan, sedang, berat, dan panik. Mahasiswa dikategorikan: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cemas ringan, jika skor jawaban > kuartil 3 (66) ▪ Cemas sedang, jika skor jawaban antara kuartil 2-3 (>62-66) ▪ Cemas berat jika skor jawaban antara kuartil 1-2 (>58-62) ▪ Panik, jika skor jawaban \leq kuartil 1 (58) 	Ordinal

Tabel 3.4.1 Definisi Operasional Variabel Dependen (lanjutan)

Definisi Operasional	Cara ukur	Alat ukur	Hasil ukur	Skala ukur
<p>Berbicara di depan umum yang akan diteliti meliputi:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ pidato, ▪ presentasi, ▪ menjadi MC/pembawa acara, ▪ menjadi moderator, ▪ memberikan penyuluhan massal, ▪ mengajar, menyampaikan instruksi/ pengumuman di depan umum. <p>Kecemasan berbicara di depan umum adalah respon subjektif seseorang terhadap <i>stressor</i> yang tidak nyata saat berbicara di depan umum.</p> <p>Gejala yang muncul ketika cemas adalah denyut jantung yang cepat dan ireguler, nyeri perut, tangan, lengan atau kaki bergetar, mulut kering, leher kaku, serak di tenggorokan, mual, diare, lelah.</p>	<p>Peneliti memberikan pertanyaan-pertanyaan tertutup kepada para responden tentang respon-respon kecemasan yang pernah dirasakan ketika berbicara di depan umum. Kemudian responden mengisi lembar isian tersebut.</p>	Kuisisioner	<p>Dengan menjumlah skor hasil jawaban kuisisioner. Hasil dikategorikan menjadi empat, yaitu kecemasan ringan, sedang, berat, dan panik. Mahasiswa dikategorikan:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cemas ringan, jika skor jawaban > kuartil 3 (66) ▪ Cemas sedang, jika skor jawaban antara kuartil 2-3 (>62-66) ▪ Cemas berat jika skor jawaban antara kuartil 1-2 (>58-62) ▪ Panik, jika skor jawaban ≤ kuartil 1 (58) 	Ordinal

3.4.2. Variabel Independen: konsep diri

Definisi Konsep:

- a) Konsep diri adalah gagasan, keyakinan, dan perilaku yang membentuk pengenalan diri individu dan yang mempengaruhi interaksi individu dengan orang lain (Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, 2005).
- b) Konsep diri positif atau yang kuat dimiliki oleh seseorang yang dapat memandang dunia dengan pikiran terbuka dan jujur karena ia memiliki latar belakang penerimaan diri. Konsep diri yang positif berasal dari pengalaman positif dalam menjalani kehidupan yang penuh dengan persaingan (Stuart & Laraia, 2001).
- c) Konsep diri negatif dimiliki oleh seseorang dengan persepsi yang sempit tentang diri. Ia mudah merasa terancam, tingkat cemasnya akan cepat meningkat dan mengasihani diri sendiri (Stuart & Laraia, 2001).
- d) Gambar diri adalah perilaku sadar atau tidaknya seseorang dengan kondisi tubuhnya, misalnya masalah ukuran, fungsi, penampilan, dan potensi/kemampuan anggota badannya. Individu dapat merasa gemuk atau kurus, menarik atau tidak menarik, lemah atau kuat (Stuart & Laraia, 2001).
- e) Ideal diri adalah persepsi seseorang tentang cara bertingkah laku/bersikap dan membandingkannya dengan standar pada diri orang lain (Stuart & Laraia, 2001).
- f) Harga diri adalah penilaian individu terhadap diri sendiri berdasarkan kesesuaian antara perilaku dan ideal dirinya (Stuart & Laraia, 2001).
- g) Penampilan peran adalah kumpulan pola perilaku sosial yang diharapkan seseorang dan dihubungkan dengan fungsi individu dalam kelompok sosial yang berbeda (Stuart & Laraia, 2001).
- h) Identitas personal adalah kesadaran diri seseorang sebagai individu yang berada di suatu tempat (Stuart & Laraia, 2001).

Tabel 3.4.2 Definisi Operasional Variabel Independen

Definisi Operasional	Cara ukur	Alat ukur	Hasil ukur	Skala ukur
Konsep diri adalah hasil pandang/ pengenalan seseorang terhadap dirinya sendiri.	Peneliti memberikan pertanyaan-pertanyaan tertutup kepada para responden tentang konsep diri.	Kuisisioner	Dengan menjumlah skor hasil jawaban kuisisioner. Hasil dikategorikan menjadi dua, yaitu positif dan negatif.	Ordinal
Konsep diri positif adalah penerimaan sepenuhnya seseorang terhadap dirinya sendiri.	Kemudian responden mengisi lembar isian tersebut.		Mahasiswa dikategorikan: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Konsep diri positif jika skor responden \geq <i>cut off point</i> (mean atau median data) ▪ Konsep diri negatif jika skor responden $<$ <i>cut off point</i> (mean atau median data) 	
Konsep diri negatif adalah pengenalan seseorang terhadap diri sendiri dengan pandangan sempit.				
Gambar diri adalah cara seseorang memandang fisiknya/ tubuhnya.				
Ideal diri adalah cara seseorang memandang perilaku/ sikap diri sendiri & membandingkannya dengan orang lain.				
Harga diri adalah penilaian/ peng-hargaan terhadap seseorang oleh diri sendiri maupun orang lain.				

Tabel 3.4.2 Definisi Operasional Variabel Independen (lanjutan)

Definisi Operasional	Cara ukur	Alat ukur	Hasil ukur	Skala ukur
Penampilan peran adalah seberapa berfungsi-nya seseorang dalam menjalankan tugas/peran di lingkungan sosial.	Peneliti memberikan pertanyaan-pertanyaan tertutup kepada para responden tentang konsep diri.	Kuisisioner	Dengan menjumlah skor hasil jawaban kuisisioner. Hasil dikategorikan menjadi dua, yaitu positif dan negatif.	Ordinal
Identitas personal adalah kesadaran diri seseorang di lingkungan dan tempatnya saat ini.	Kemudian responden mengisi lembar isian tersebut.		Mahasiswa dikategorikan: Konsep diri positif jika skor responden \geq <i>cut off point</i> (mean atau median data) Konsep diri negatif jika skor responden $<$ <i>cut off point</i> (mean atau median data)	

BAB IV

METODOLOGI PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelatif. Penelitian korelasi bertujuan untuk mengkaji hubungan dua atau lebih variabel yang ada pada situasi tertentu dalam waktu yang singkat (Burns & Groove, 2001). Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengkaji hubungan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum.

Desain deskriptif korelatif juga digunakan dalam mengembangkan hipotesa untuk penelitian selanjutnya (Burns & Groove, 2001). Dalam hal ini, hasil penelitian baik berupa hipotesa maupun hasil identifikasi karakteristik konsep diri mahasiswa reguler angkatan 2008 Universitas Indonesia dapat digunakan sebagai data bagi studi selanjutnya.

4.2. Populasi dan Sampel

Populasi adalah suatu kelompok yang lebih besar dimana hasil riset dapat digeneralisasi (Portney & Watkins, 2000). Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari subjek atau objek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Setiadi, 2003). Populasi yang digunakan sebagai subjek penelitian ini adalah mahasiswa reguler angkatan 2008 Universitas Indonesia. Sedangkan sampel merupakan sub-kelompok dari populasi yang dipilih untuk penilaian karakteristik dan menggambarkan populasi.

Adapun jumlah sampel yang diambil pada penelitian ini dapat dihitung sebagai berikut.

$$n = \frac{Z^2_{1-\alpha/2} \times P \times (1-P)}{d^2}$$

$$n = \frac{(1.96)^2 \times (0.5) \times (0.5)}{(0.1)^2}$$

$$n = 96$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel/presisi relatif

P = Prevalensi responden

d^2 = Presisi mutlak ($d = 0.1$)

$Z^2_{1-\alpha/2}$ = Standar normal probabilitas dari derajat kebenaran (α) = 95%

Hasil penghitungan di atas ditambah 10% dari hasil untuk antisipasi adanya data yang hilang atau keluar (*drop out*). Jadi, jumlah sampel minimal untuk mahasiswa reguler angkatan 2008 UI adalah $96 + 10\% (96) = 106$ sampel.

Sampel penelitian ini adalah mahasiswa reguler angkatan 2008 Universitas Indonesia. Pengambilan sampel akan diusahakan adil merata untuk tiap fakultas di Universitas Indonesia. Adapun karakteristik subjek penelitian ini adalah sebagai berikut:

a) Mahasiswa dari berbagai fakultas di Universitas Indonesia (UI)

Berdasarkan pengamatan peneliti, UI termasuk salah satu universitas yang sering memberikan tugas untuk dipresentasikan di depan kelas ataupun di tempat lain kepada mahasiswanya. Secara tidak langsung, hal ini telah melatih mahasiswa untuk berbicara di depan umum. Setiap fakultas (12 fakultas) memberlakukan hal yang sama.

b) Mengikuti program sarjana

Penelitian ini dibatasi pada mahasiswa reguler saja. Peneliti tidak melakukan penelitian pada mahasiswa D-III. Pembatasan ini dilakukan dengan mengingat perbedaan antara pendidikan akademik dan pendidikan profesional dalam hal

tujuan dan bentuk kurikulum pendidikan. Pendidikan akademik lebih menekankan pada penguasaan ilmu dan teknologi, sedangkan pendidikan profesional lebih menekankan pada keterampilan praktis.

c) Mahasiswa angkatan 2008

Menurut pengamatan peneliti, mahasiswa angkatan 2008 lebih banyak melakukan presentasi di kelas sebagai penyajian hasil penugasan/diskusi kelompok. Mereka sedang menjalani program kurikulum baru yaitu KBK (Kurikulum Berbasis Kompetensi). Melalui kurikulum ini, mahasiswa dilatih agar lebih aktif dan lebih sering berbicara di depan umum. Oleh sebab itu, peneliti memilih mereka sebagai responden.

d) Berusia maksimal 20 tahun

Salah satu variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah konsep diri. Variabel tersebut erat kaitannya dengan tahap perkembangan anak pada usia remaja. Oleh karena itu, penelitian ini dibatasi pada mahasiswa yang masih tergolong remaja, yaitu usia 11-20 tahun (Hockenberry & Wilson, 2007).

Selain variabel-variabel di atas, kriteria yang mungkin berpengaruh terhadap hasil penelitian dimasukkan dalam data kontrol, yaitu:

- a. Jenis kelamin
- b. Suku bangsa
- c. Fakultas
- d. Prestasi akademik (berdasarkan Indeks Prestasi/ IP)
- e. Latar belakang pendidikan orang tua (bapak dan ibu)
- f. Urutan kelahiran dalam keluarga
- g. Daerah asal (daerah lahir dan dibesarkan)
- h. Pengalaman berorganisasi
- i. Pengalaman bekerja
- j. Bentuk-bentuk berbicara di depan umum yang pernah dilakukan selama di universitas (pidato, presentasi, menjadi MC/pemhawa acara, menjadi moderator, memberikan penyuluhan massal, mengajar, dan menyampaikan instruksi/pengumuman di depan umum).

4.3 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di Universitas Indonesia, baik yang pada fakultas yang berada di Depok maupun yang berada di Salemba. Adapun fakultas-fakultas yang ada di Salemba adalah: Fakultas Kedokteran (FK) dan Fakultas Kedokteran Gigi (FKG), sedangkan yang ada di Depok adalah: fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA), Fakultas Teknk (FT), Fakultas Hukum (FH), Fakultas Ekonomi (FE), Fakultas Ilmu Pengetahuan Budaya (FIB), Fakultas Psikologi (FPsi), Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP), Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM), Fakultas Ilmu Komputer (Fasilkom), dan Fakultas Ilmu Keperawatan (FIK). Subjek yang dipilih untuk penelitian adalah mahasiswa S1 reguler angkatan 2008.

Peneliti berasumsi bahwa dengan latar belakang yang berbeda maka konsep diri yang dibentuk sejak kecil pun akan berbeda-beda. Hal ini akan mempermudah peneliti untuk mengidentifikasi kualitas konsep diri mahasiswa. Penelitian dilakukan pada tanggal 23 April sampai dengan 7 Mei 2009.

4.4 Etika Penelitian

Etika penelitian adalah prinsip-prinsip yang digunakan untuk menghargai seseorang/subjek, memberikan manfaat, dan memberikan keadilan yang relevan dengan perlakuan dalam penelitian (Burns & Groove, 2001). Terdapat tiga prinsip etika penelitian, yaitu:

a) Perlindungan Terhadap Hak Asasi Subjek

Hak asasi diperlukan untuk mendapatkan penghargaan diri, martabat, dan kesehatan seseorang (Sasson & Nelson, 1971 dalam Burns & Groove, 2001). Hak asasi subjek yang dilindungi dalam penelitian adalah (1) hak untuk berpendapat/menentukan keputusan, (2) hak privasi/kebebasan, (3) hak untuk anonimitas dan kerahasiaan, (4) hak untuk mendapatkan perlakuan yang adil, dan (5) hak untuk mendapat perlindungan dari bahaya dan ketidaknyamanan (*American Nurses Association [ANA], 1985a, 1985b; American Psychological Association [APA], 1982* dalam Burns & Groove, 2001).

b) Keseimbangan antara Manfaat dan Risiko

Manfaat penelitian adalah sesuatu yang berhubungan dengan kesehatan, psikososial, atau nilai lain yang dimiliki individu sebagai subjek penelitian, atau sesuatu yang akan berperan dalam pencarian ilmu pengetahuan yang akan digeneralisasi. Risiko meliputi fisik, emosi, sosial, dan ekonomi yang alami. Rentang risiko dalam penelitian dapat berawal dari tidak ada risiko atau hanya ketidaknyamanan hingga berupa risiko bahaya yang permanen (Levine, 1986; Reynolds, 1972 dalam Burns & Groove, 2001). Rasio manfaat dan risiko ditetapkan dengan ketentuan maksimalisasi manfaat dan minimalisasi risiko (Burns & Groove, 2001).

c) Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)

Lembar persetujuan diumumkan kepada calon responden sebelum melakukan pengumpulan data. Hal ini dimaksudkan agar responden mengetahui tujuan, manfaat, dan dampak dari penelitian ini. Apabila calon responden bersedia untuk berpartisipasi sebagai responden dalam, maka mereka menandatangani lembar persetujuan. Jika calon responden menolak, maka peneliti menghormati hak-hak mereka (Burns & Groove, 2001).

4.5 Alat Pengumpulan Data

Alat pengumpulan data pada penelitian ini berupa kuesioner. Kuesioner adalah survei terstruktur yang diberikan kepada responden berupa kertas dan alat tulis (Portney & Watkins, 2000). Keuntungan pemakaian kuesioner adalah sebagai berikut:

Data dapat dikumpulkan dari sampel yang besar/banyak jumlahnya dalam distribusi geografi yang luas dengan waktu yang relatif singkat.

- a) Bentuk pertanyaan telah distandarisasi (uji validitas dan reliabilitas), jadi setiap orang diperhadapkan pada pertanyaan yang sama dengan cara yang sama. Hal ini dapat mengurangi terjadinya bias dari interaksi responden dengan peneliti.
- b) Responden memiliki kesempatan untuk memikirkan jawaban dari pertanyaan dan dapat menanyakan kembali informasi khusus yang belum dipahami.

- c) Kuesioner menyediakan anonimitas, mendorong kejujuran, dan respon yang ikhlas/sukarela dari responden.

Sedangkan kerugian yang potensial terjadi saat pemakaian kuesioner adalah salah paham/mengerti atau salah interpretasi pertanyaan atau pilihan respon, dan tidak diketahuinya tingkat keakuratan atau motivasi responden untuk mengisi kuesioner.

Kuesioner ini dapat digunakan untuk mengidentifikasi karakteristik responden dan respon kecemasan yang pernah dialami responden terkait dengan pengalaman berbicara di depan umum. Kuesioner ini juga dapat mengukur kualitas konsep diri mahasiswa reguler angkatan 2008 Universitas Indonesia. Adapun konsep diri yang diukur terbagi menjadi sub-variabel berupa gambar diri, ideal diri, harga diri, penampilan peran, dan identitas personal. Kuesioner yang peneliti gunakan adalah hasil adaptasi dan modifikasi dari *Personal Report of Public Speaking Anxiety* (PRPSA) untuk pernyataan-pernyataan kecemasan berbicara di depan umum dan *Tennessee Self Concept Scale* (TSCS) untuk pernyataan-pernyataan konsep diri.

Adapun pembagian kuesioner dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a) Bagian I merupakan isian tentang kecemasan berbicara di depan umum dengan pernyataan berjumlah 34 nomor. Penilaian berdasarkan Skala Likert, yaitu antara 1 sampai dengan 4 untuk masing-masing pernyataan. Jawaban 1 adalah sangat tidak setuju (STS), 2 adalah tidak setuju (TS), 3 adalah setuju (S), dan 4 adalah sangat setuju (SS). Terdapat 12 pernyataan bernilai positif dan 22 pernyataan bernilai negatif.
- b) Bagian II merupakan isian tentang konsep diri dengan pernyataan berjumlah 50 nomor. Penilaian berdasarkan Skala Likert, yaitu antara 1 sampai dengan 4 untuk masing-masing pernyataan. Jawaban 1 adalah sama sekali salah, jawaban 2 adalah sebagian besar salah, jawaban 3 adalah sebagian besar benar, dan jawaban 4 adalah sepenuhnya benar. Terdapat 25 pernyataan bernilai positif dan 25 pernyataan bernilai negatif.

4.6 Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data (*sampling*) adalah cara yang dipakai untuk mengetahui respon dari sebuah kelompok dapat merepresentasikan respon kelompok yang lebih luas (Portney & Watkins, 2000). Menurut Pollit & Hungler (1999), pengumpulan data adalah langkah, prosedur, dan strategi yang digunakan untuk mengumpulkan dan menganalisa data dalam penelitian. Metode *sampling* yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah *stratified random sampling*, yaitu metode yang digunakan pada situasi dimana peneliti mengetahui beberapa variabel (*stratum*) dalam populasi yang dapat mewakili keseluruhan populasi. Kemudian secara random subjek dipilih berdasarkan klasifikasi mereka dalam strata-strata yang ada (Burns & Groove, 2001). *Stratified random sampling* meliputi pengidentifikasian karakteristik populasi, serta pembagian anggota populasi ke dalam kelompok-kelompok atau strata yang homogen berdasarkan karakteristik responden tersebut (Portney & Watkins, 2000). Kemudian, peneliti juga menggunakan sistem pengambilan sampel dengan *accidental sampling*.

4.6.1 Uji Validitas

Uji validitas alat ukur digunakan untuk menentukan apakah instrumen benar-benar dapat merefleksikan abstrak yang disusun dalam penelitian (Burns & Groove, 2001). Uji validitas digunakan untuk mengetahui bahwa hasil (*output*) berhubungan dan proporsional dengan variabel yang diteliti, serta nilai tersebut merepresentasikan respon dari responden (Portney & Watkins, 2000). Melalui uji ini dapat diketahui sejauh mana instrumen benar-benar mengukur apa yang diukur atau relevan tidaknya pengukuran. Uji dilakukan dengan cara meminta subjek untuk mengisi instrumen, kemudian peneliti mengoreksi masing-masing pertanyaan dan skor totalnya. Korelasi skor pertanyaan dan skor total harus signifikan.

4.6.2 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah sebuah pengukuran yang dilakukan dengan menjumlahkan *random error* dalam teknik pengukuran. *Random error* adalah sebuah kesalahan pengacakan yang menyebabkan nilai skor pengamatan berbeda dengan skor yang

sebenarnya. Fokus uji reliabilitas adalah stabilitas, ekuivalen/kesetaraan, dan homogenitas (Burns & Groove, 2001). Uji ini dihitung menggunakan SPSS.

4.7 Pengolahan Data

Menurut Portney dan Watkins (2000), pengolahan data adalah bagaimana suatu data akan dicatat (*recorded*), diorganisasi, direduksi, kemudian dianalisa. Rencana pengolahan data ini membutuhkan pengetahuan untuk pemberian kode pada data (*coding*) dan format persyaratan, statistik, dan komputer. Adapun tahap-tahap pengolahan data adalah sebagai berikut:

4.7.1 Pencatatan data (*Recording data*)

Pencatatan data dilakukan dengan cara mendeterminasi variabel mana yang akan dipelajari dan bagaimana akan diukur. Data yang dikumpulkan kemudian dicatat sedemikian rupa di lembar lain berdasarkan kelompok data tertentu, misalnya tanggal, orang yang mengumpulkan data (jika ada lebih dari satu pengumpul data), dan informasi demografik seperti umur dan gender.

Pemberian kode pada data (*Data coding*) meliputi:

a. Tipe-tipe variabel

Data kuantitatif termasuk dalam data numerik yang memiliki nilai *single* atau *multiple digits*, kadang berupa desimal dan hanya dalam bentuk angka. Data kualitas/tingkat disebut data alfanumerik atau *string variables* yang berupa karakter/kata (tapi mungkin mengandung angka).

b. Kode untuk variabel kategorik

Data dari variabel kategorik diberi label, misalnya jenis kelamin laki-laki diberi kode huruf L dan perempuan diberi kode huruf P, atau dengan kode angka 1 untuk laki-laki dan 0 untuk perempuan. Kode seharusnya digunakan dalam lembar pengumpulan data untuk mempercepat pemindahan data ke komputer.

4.7.2 Pemasukan data (*Data entry*)

Data disusun dan dijumlahkan sedemikian rupa secara statistik menggunakan program komputer, yaitu SPSS.

a. Format data

Data dimasukkan ke dalam program komputer sekali.

b. Pemeriksaan data (*Data cleaning*)

Sebelum dianalisis, data mentah diperiksa kembali untuk memastikan tidak ada yang tidak sesuai atau *error* dalam pemberian kode.

4.7.3 Modifikasi data (*Data modification*)

Program statistik komputer juga dapat melakukan modifikasi dan transformasi data secara otomatis untuk menciptakan variabel-variabel baru atau untuk menandai variabel yang telah ada dengan kode baru.

4.7.4 Manajemen data (*Data management*)

Data yang siap dianalisis dapat disajikan dalam bentuk diagram atau tabel secara langsung menggunakan program komputer.

4.8 Analisis Data

Tujuan analisis data adalah untuk mendeskripsikan hubungan antarvariabel, mengklarifikasi hubungan antara variabel dan konsep teori, atau mengidentifikasi hubungan sebab-akibat (kausalitas) dengan cara menarik suatu kesimpulan. Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *univariat analysis* dan *bivariat corelation analysis*. Analisis univariat dilakukan untuk mendapatkan gambaran masing-masing variabel, sedangkan analisis bivariat digunakan untuk mengukur hubungan linear antara variabel independen dan variabel dependen serta ditunjukkan pada pengumpulan data terhadap *single sample*. Untuk membuktikan adanya hubungan dari dua variabel digunakanlah uji statistik *Chi-Square*. Prinsip uji statistik *Chi-Square* adalah perbandingan antara frekuensi hasil observasi dan frekuensi yang diharapkan/ekspektasi.

Uji statistik *Chi-Square* dapat didefinisikan oleh formula berikut:

$$\chi^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E}$$

$$Df = (k - 1)(b - 1)$$

Keterangan:

- χ^2 = nilai *Chi-Square*
 O = nilai observasi
 E = nilai ekspektasi
 k = jumlah kolom
 b = jumlah baris

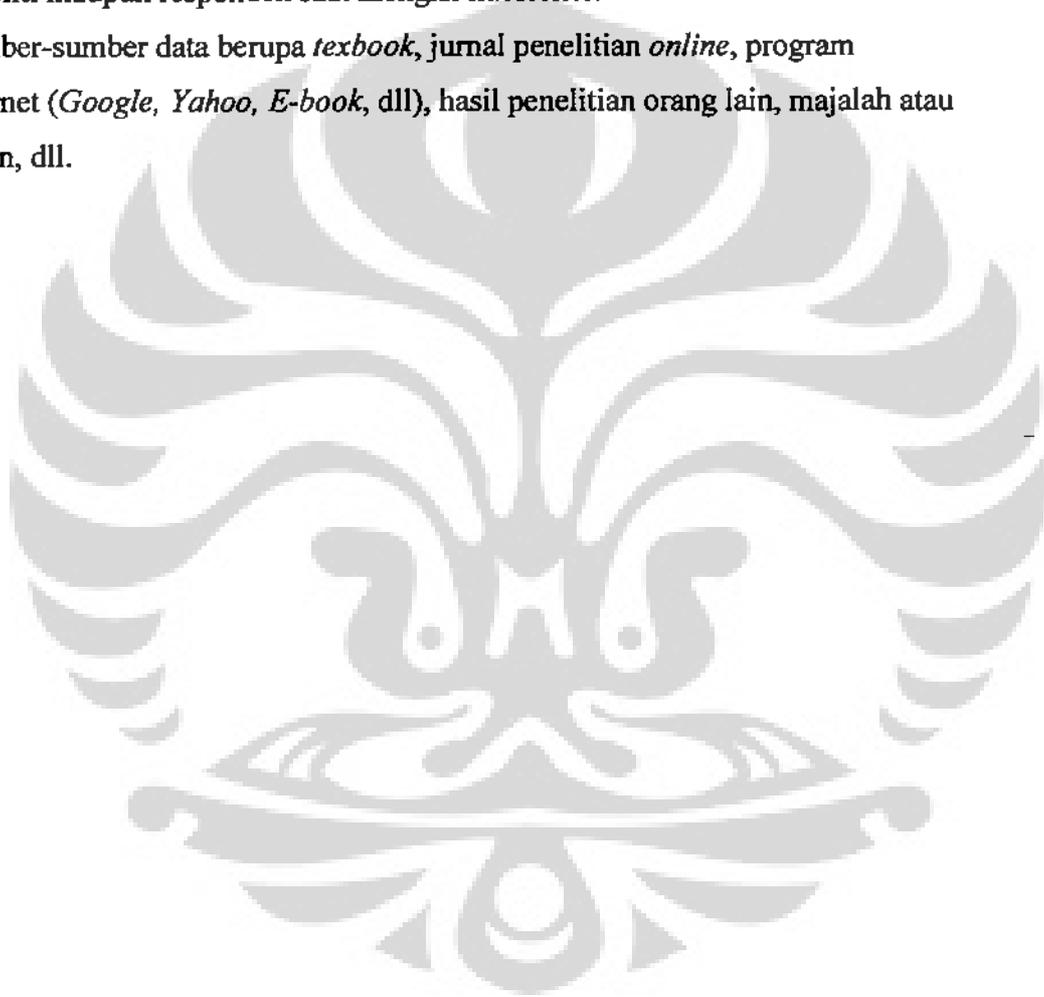
4.9 Jadwal Penelitian

Kegiatan	Maret				April				Mei			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Perbaikan proposal												
Perijinan dan pembuatan instrumen												
Penyerahan proposal												
Uji coba instrumen												
Pengumpulan data												
Pengolahan data												
Penyusunan laporan penelitian												
Revisi laporan penelitian												
Penyerahan laporan penelitian												
Penyusunan media penyajian (manuskrip dan poster) hasil penelitian												
Presentasi/penyajian hasil penelitian												

4.10 Sarana Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti membutuhkan sarana sebagai berikut:

- a) Seperangkat komputer, *software* statistik data, *printer* dan tinta dalam pembuatan proposal, pengolahan data, serta pembuatan laporan penelitian.
- b) *Flashdisk* yang dipakai untuk menyimpan data *softcopy* dan mem-*back up* data selain yang tersimpan di memori komputer.
- c) Alat tulis, berupa kertas, pensil, bolpoin, penghapus yang digunakan oleh peneliti maupun responden saat mengisi kuesioner.
- d) Sumber-sumber data berupa *texbook*, jurnal penelitian *online*, program internet (*Google, Yahoo, E-book*, dll), hasil penelitian orang lain, majalah atau koran, dll.



BAB V HASIL PENELITIAN

5.1 Kualitas Data

Data diperoleh dari responden mahasiswa yang tersebar di 12 fakultas di Universitas Indonesia dilakukan selama 3 hari, yaitu tanggal 11-13 Mei 2009. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner yang sebelumnya telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Uji kuesioner dilakukan kepada 16 mahasiswa di beberapa fakultas di Universitas Indonesia. Dalam pengujian ini digunakan 84 pernyataan yang terbagi atas 50 pernyataan tentang variabel konsep diri dan 34 pernyataan tentang variabel kecemasan berbicara di depan umum.

Setelah diuji, akhirnya diperoleh sebanyak 39 butir pernyataan yang valid. Lalu, peneliti memakai 39 pernyataan tersebut dan ditambah beberapa pernyataan yang telah dimodifikasi sebagai alat ukur dalam pengambilan data. Sehingga jumlah pernyataan yang dipakai menjadi 63 pernyataan. Sedangkan dari hasil uji reliabilitas didapatkan hasil uji bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah reliabel. Hasil ini diketahui dengan melihat nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,943. Kemudian, pengambilan data dilakukan kepada 106 responden. Namun, data yang diolah adalah sebanyak 96 data dari responden sesuai dengan penghitungan sampel.

Penelitian deskriptif korelatif ini terdiri dari dua variabel, yaitu variabel independen dan variabel dependen. Variabel independennya adalah konsep diri yang dikategorikan dalam 2 kategori, yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Sedangkan variabel dependennya adalah kecemasan berbicara di depan umum yang terdiri atas kategori kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat, dan kategori panik. Variabel konsep diri dikategorikan menjadi 2 kategori tersebut berdasarkan *cut off point* dari penghitungan *mean* karena diketahui bahwa distribusinya normal. Adapun *mean* hasil penghitungan adalah sebesar 115. Sedangkan variabel kecemasan berbicara di depan umum dikategorikan menjadi 4

kategori berdasarkan *cut off point* dari penghitungan kuartil. Kuartil I sebesar 58, kuartil II sebesar 62, dan kuartil III sebesar 68.

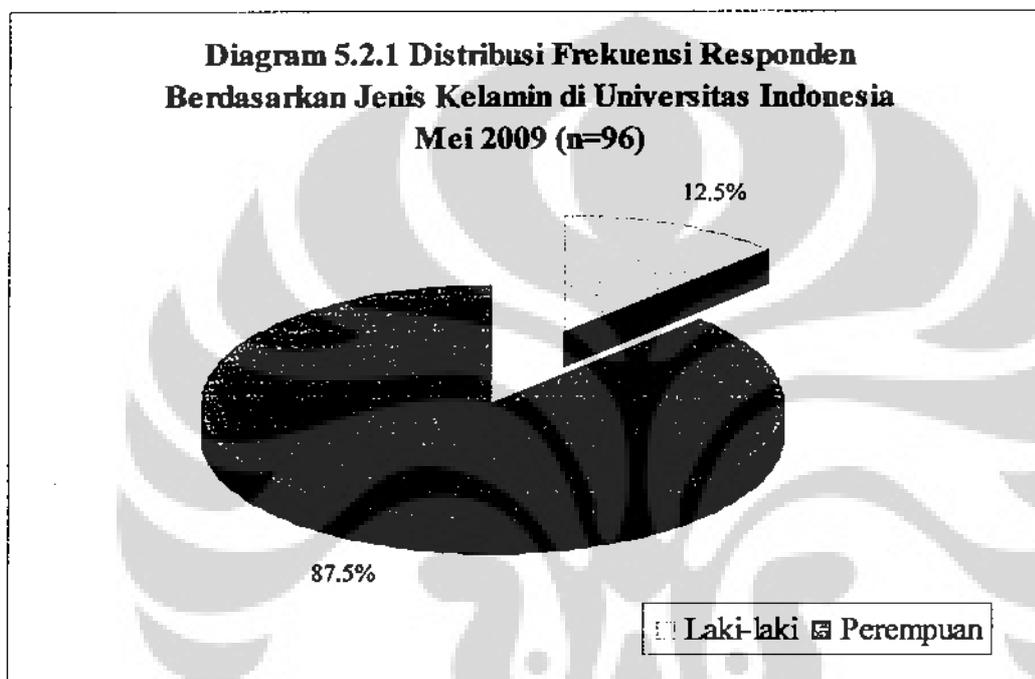
Analisis yang dilakukan dalam penelitian ini ada 2 bentuk, yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Data demografi responden yang berupa jenis kelamin, suku bangsa, fakultas, Indeks Prestasi Kumulatif (IPK), pendidikan orangtua (bapak dan ibu), urutan kelahiran dalam keluarga, daerah asal, pengalaman berorganisasi, pengalaman bekerja, dan bentuk berbicara di depan umum yang pernah dilakukan akan dianalisis menggunakan uji deskriptif (univariat). Demikian juga dengan variabel konsep diri dan kecemasan berbicara di depan umum diuji secara univariat terlebih dahulu. Kemudian, sesuai dengan tujuan khusus penelitian ini, yaitu untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum, khususnya pada mahasiswa reguler angkatan 2008 Universitas Indonesia, maka dilakukan uji korelatif (bivariat) menggunakan uji *Chi Square*. Adapun hasil dari masing-masing uji dapat dilihat lebih jelas dengan bantuan tampilan diagram-diagram di bawah ini.

5.2 Analisis Univariat

Tujuan dari analisis univariat adalah untuk menjelaskan/mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti (Hastono, 2007). Penelitian ini menggunakan variabel numerik, maka penghitungannya menggunakan distribusi frekuensi ditampilkan dalam bentuk persentase atau proporsi. Berikut ini adalah data demografi responden serta data variabel independen dan dependen penelitian yang diuji secara univariat.

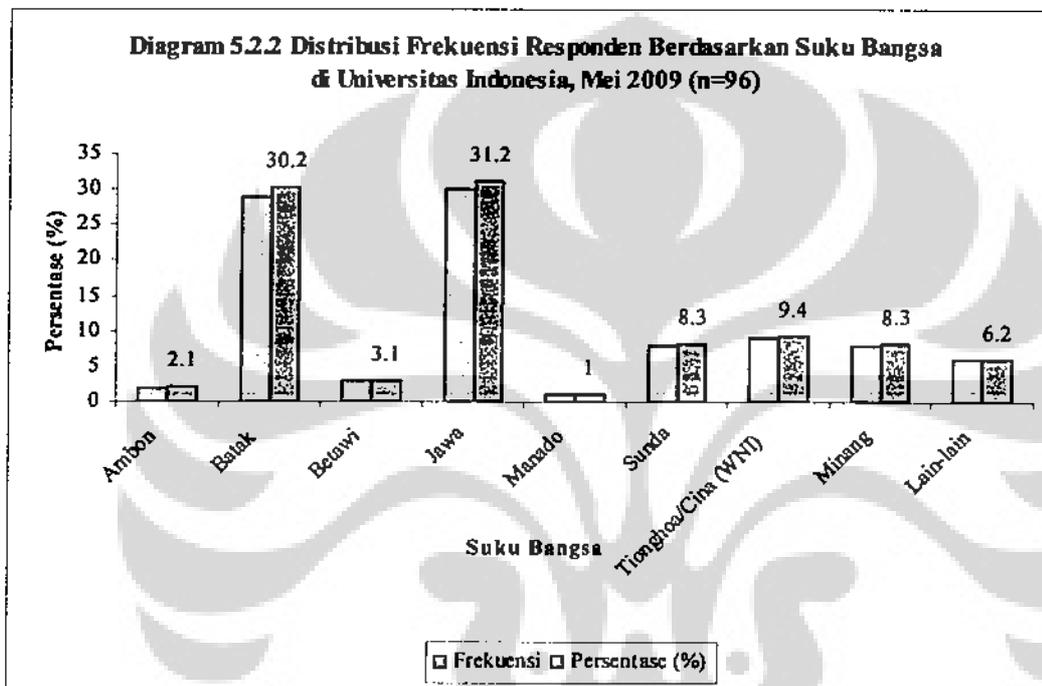
5.2.1 Jenis Kelamin

Penelitian ini tidak membatasi jenis kelamin responden dengan kuota atau perhitungan tertentu. Maka, didapatkan hasil bahwa berdasarkan jenis kelamin, proporsi responden perempuan lebih besar dibandingkan proporsi responden laki-laki. Diagram di bawah ini menunjukkan bahwa proporsi responden perempuan adalah 87,50% dan proporsi responden laki-laki adalah 12,50%.



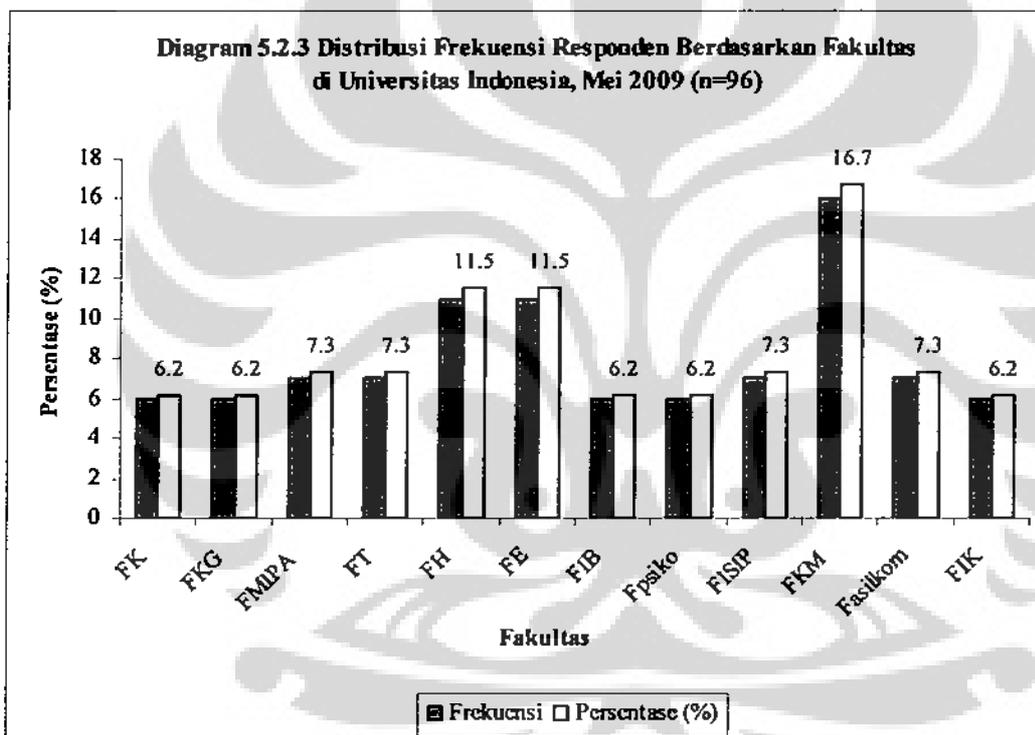
5.2.2 Suku Bangsa

Hasil yang didapat dari pengidentifikasian suku bangsa responden dapat dilihat dalam diagram 5.2.2, yaitu sebanyak 2,1% Ambon; 30,2% Batak; 3,1% Betawi; 31,2% Jawa; 1% Manado; 8,3% Sunda; 9,4% Tionghoa/Cina (WNI); 8,3% Minang; dan 6,2% suku bangsa responden tidak diketahui karena responden tidak menuliskan dalam lembar kuesioner.



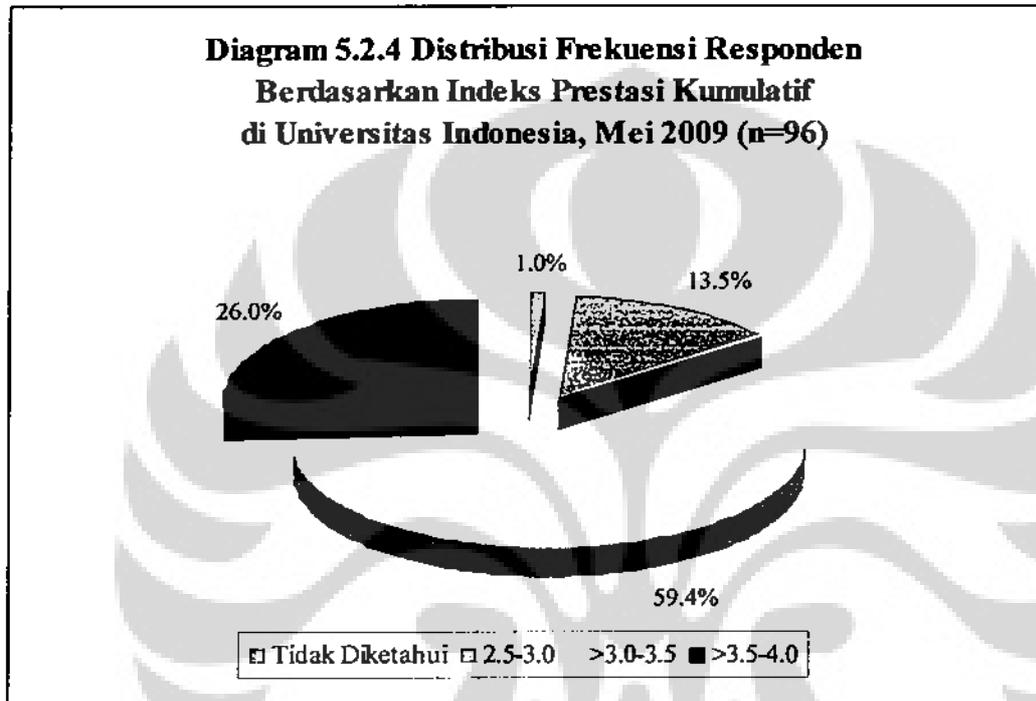
5.2.3 Fakultas

Adapun variasi fakultas dimana responden melakukan studi di Universitas Indonesia adalah sebagaimana terlihat pada diagram di bawah ini. Fakultas Kedokteran (FK) 6,2%; Fakultas Kedokteran Gigi (FKG) 6,2%, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMipa) 7,3%, Fakultas Teknik (FT) 7,3%, Fakultas Hukum (FH) 11,5%; Fakultas Ekonomi (FE) 11,5%; Fakultas Ilmu Budaya (FIB) 6,2%; Fakultas Psikologi (FPsiko) 6,2%; Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) 7,3%; Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM) 16,7%; Fakultas Ilmu Komputer (Fasilkom) 7,3%; dan Fakultas Ilmu Keperawatan (FIK) 6,2%.



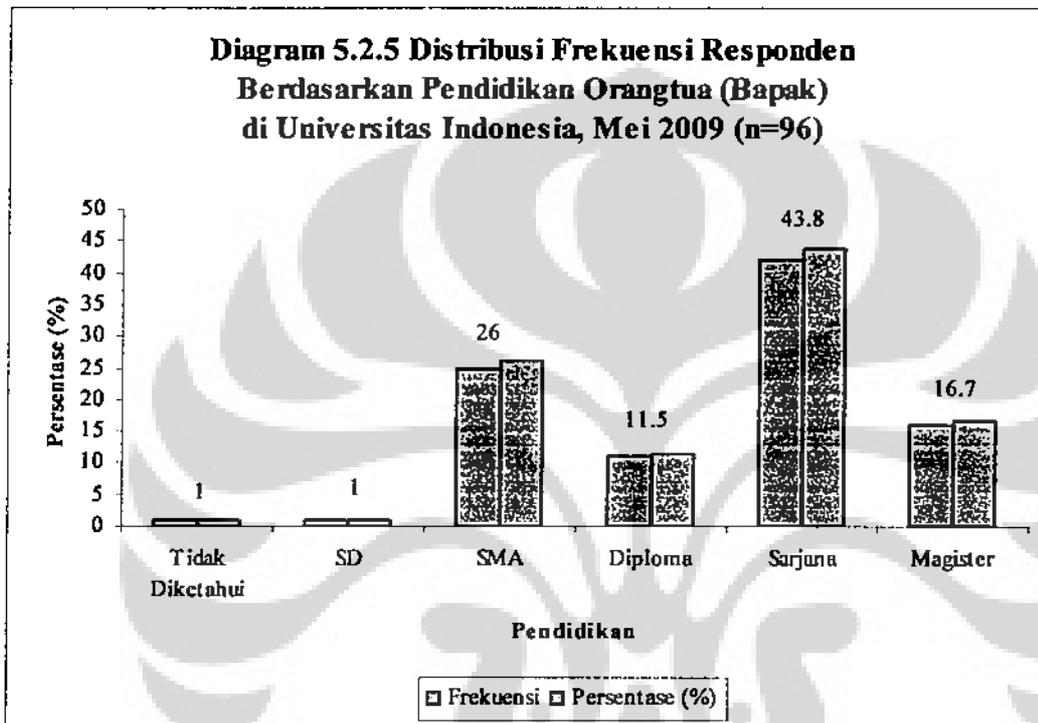
5.2.4 Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)

Diagram 5.2.4 menunjukkan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) responden, yaitu sebanyak 26% responden memiliki IPK >3,5–4,0; 59,45% responden memiliki IPK >3,0–3,5; lalu sebanyak 13,5% responden memiliki IPK 2,5–3,0; dan 1% responden tidak diketahui nilai IPK-nya.



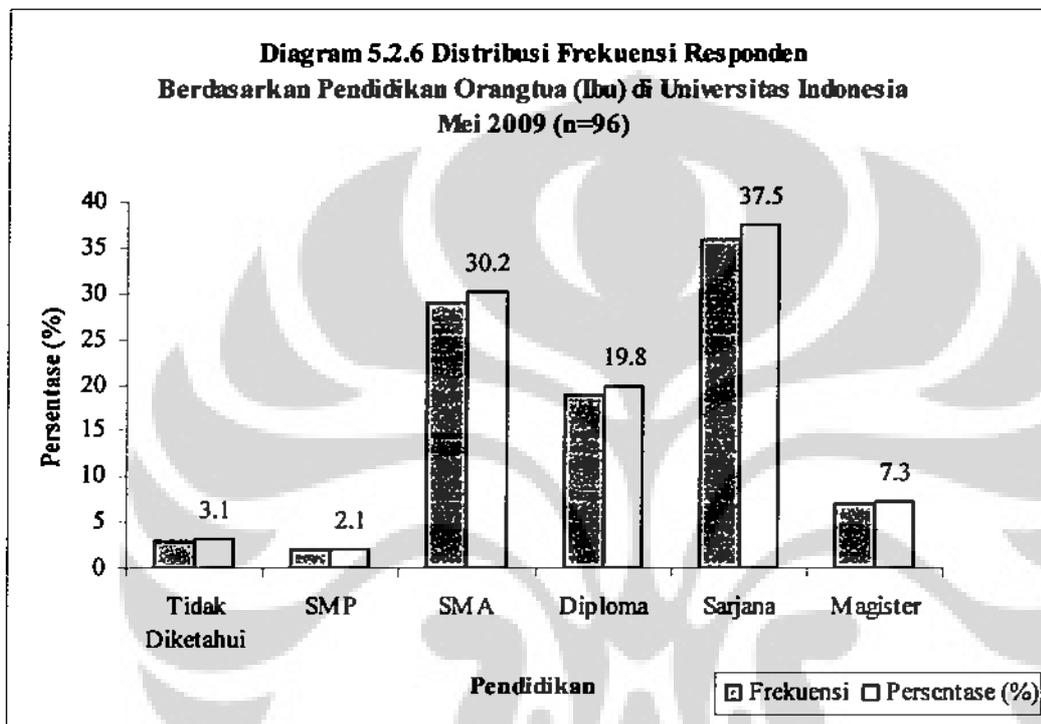
5.2.5 Pendidikan Orangtua (Bapak)

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan orangtua, khususnya bapak dapat diketahui distribusinya sebagai berikut: 16,7% adalah magister (S2); 43,8% adalah sarjana (S1); 11,5% adalah diploma; 26% adalah SMA; 1% adalah SD, dan 1% lagi tidak diketahui latar belakang pendidikan ayahnya.



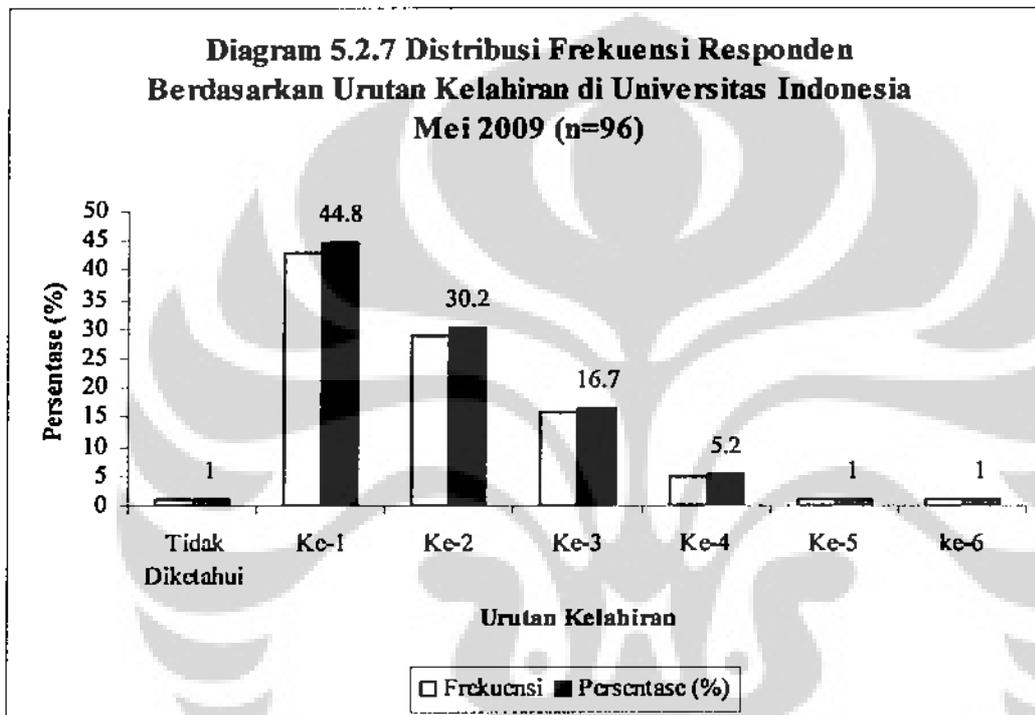
5.2.6 Pendidikan Orngtua (Ibu)

Latar belakang pendidikan ibu juga dapat dilihat pada diagram yang menunjukkan 7,3% ibu adalah magister; 37,5% adalah sarjana; 19,8% adalah diploma; 30,2% adalah SMA; kemudian 2,1% adalah SMP; dan 3,1% ibu yang tidak diketahui jenjang pendidikan terakhirnya.



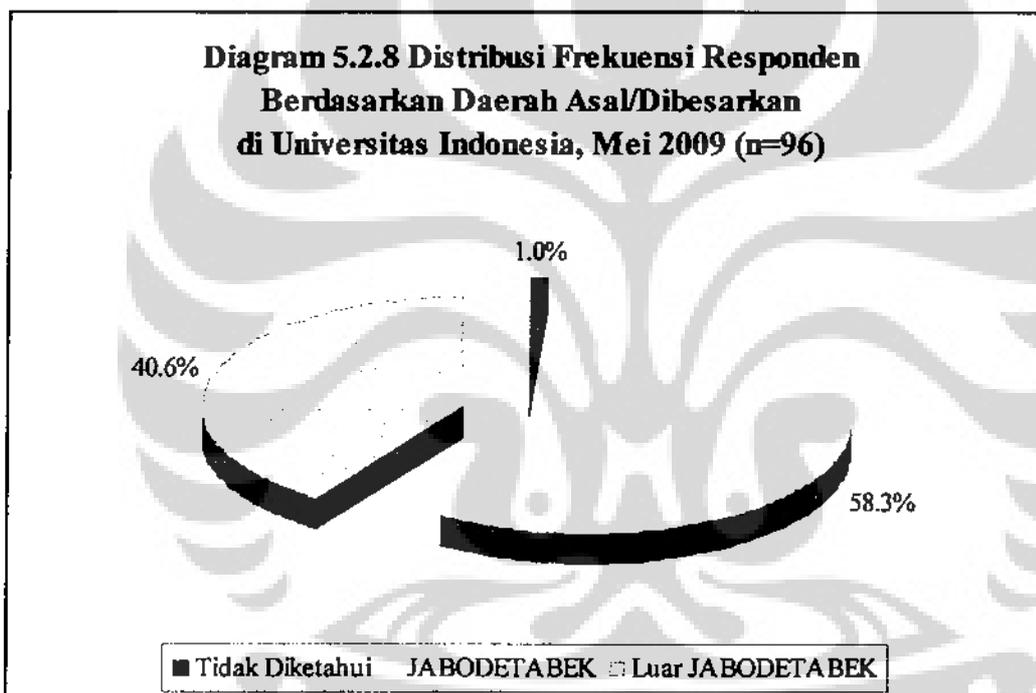
5.2.7 Urutan Kelahiran

Responden dalam penelitian ini juga diidentifikasi karakteristiknya berdasarkan urutan kelahiran dalam keluarga. Kemudian, didapatkan hasil sebagai berikut: sebanyak 1% tidak diketahui urutan kelahirannya; 44,8% adalah anak pertama; 30,2% adalah anak kedua; 16,7% adalah anak ketiga; 5,2% adalah anak keempat; 1% adalah anak kelima; dan 1% adalah anak keenam dari keluarganya.



5.2.8 Daerah Asal

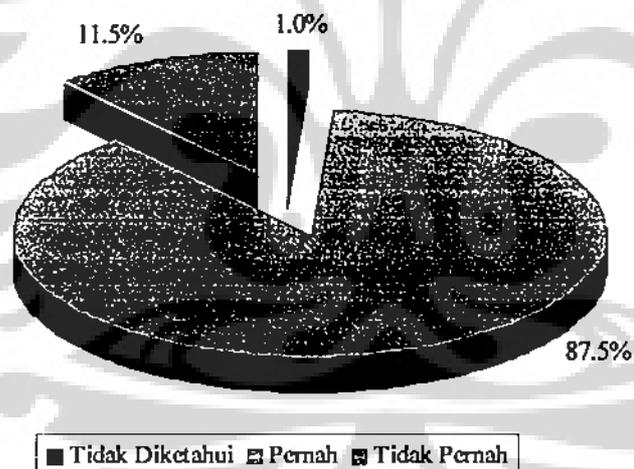
Daerah asal responden atau di mana responden dibesarkan sebenarnya sangat bervariasi menurut jawaban mereka dalam kuesioner. Kemudian, untuk memudahkan karakteristik ini ditampilkan, maka peneliti mengklasifikasikan daerah asal/dibesarkan berdasarkan wilayah, yaitu Jabodetabek dan luar Jabodetabek. Hasil yang didapat tercantum dalam diagram 5.2.8, yaitu sebanyak 58,3% responden berasal dan/atau dibesarkan di wilayah Jabodetabek dan 40,6% responden berasal dan dibesarkan di luar wilayah Jabodetabek, sedangkan sebanyak 1% responden tidak diketahui daerah asal/dibesarkannya.



5.2.9 Pengalaman Berorganisasi

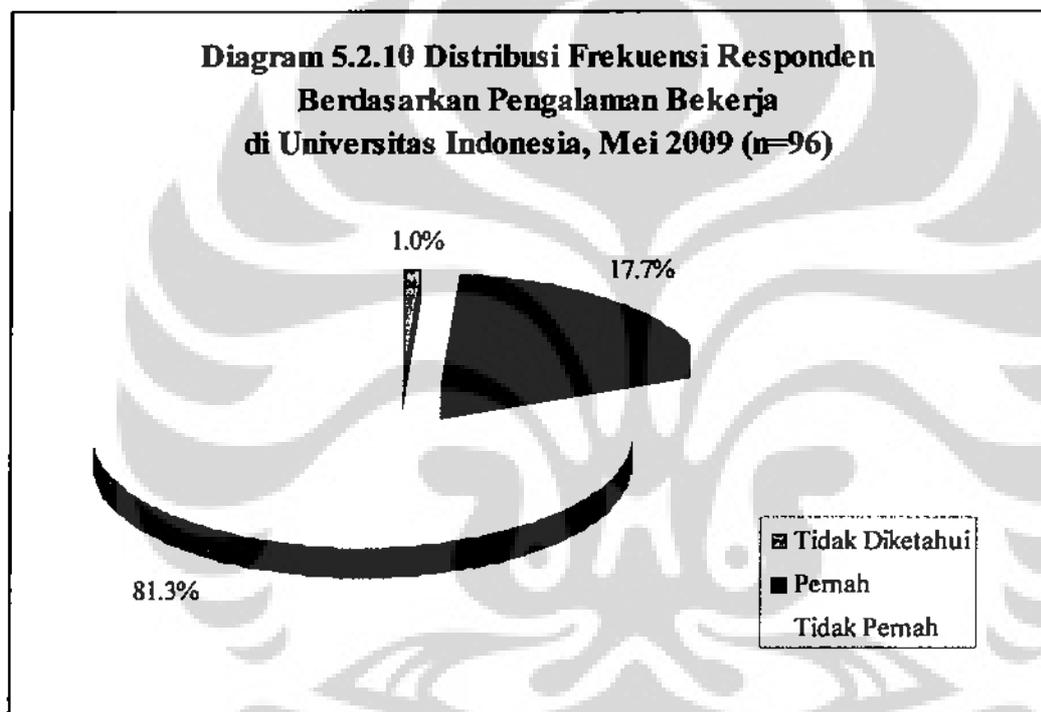
Mahasiswa tidak hanya memiliki aktivitas akademik saja, tapi juga organisasional. Demikian dengan responden penelitian ini, diketahui sebanyak 87,5% responden pernah terlibat dalam suatu kegiatan organisasi baik semasa sekolah maupun di kampus. Dengan melihat jawaban dari responden dalam kuesioner, dapat dicontohkan bentuk organisasi yang pernah dijalani adalah OSIS, BEM, kepanitiaan lomba pentas seni (PENSI), Karang Taruna, komisi pelayanan gereja, pramuka, PMR, dan lain-lain. Kemudian, sebanyak 11,5% responden hingga saat penelitian ini dilakukan tidak pernah mengikuti kegiatan organisasional an sebanyak 1% responden tidak diketahui pengalamannya.

Diagram 5.2.9 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengalaman Berorganisasi di Universitas Indonesia, Mei 2009 (n=96)



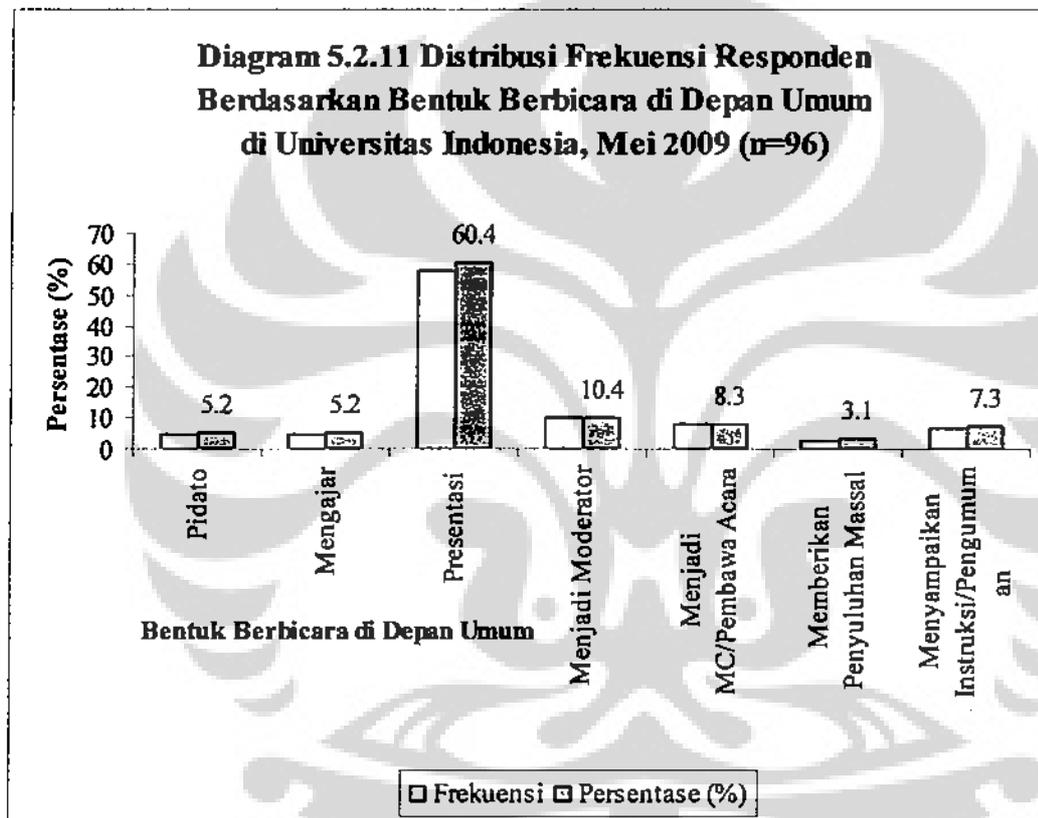
5.2.10 Pengalaman Bekerja

Diagram di bawah ini menunjukkan distribusi responden jika dikaji dari segi pengalaman bekerja. Adapun contoh pekerjaan yang pernah dijalani oleh 17,7% responden adalah asisten bagian administrasi atau keuangan suatu perusahaan X, manajer grup usaha AMP, dan ada yang menyatakan diri bekerja sebagai penjual pulsa, penjual makanan, dan lain-lain. Namun, kebanyakan mahasiswa tidak pernah memiliki pengalaman bekerja, ditunjukkan dengan persentasenya adalah 81,3% dari 96 responden dan yang 1%-nya tidak diketahui.



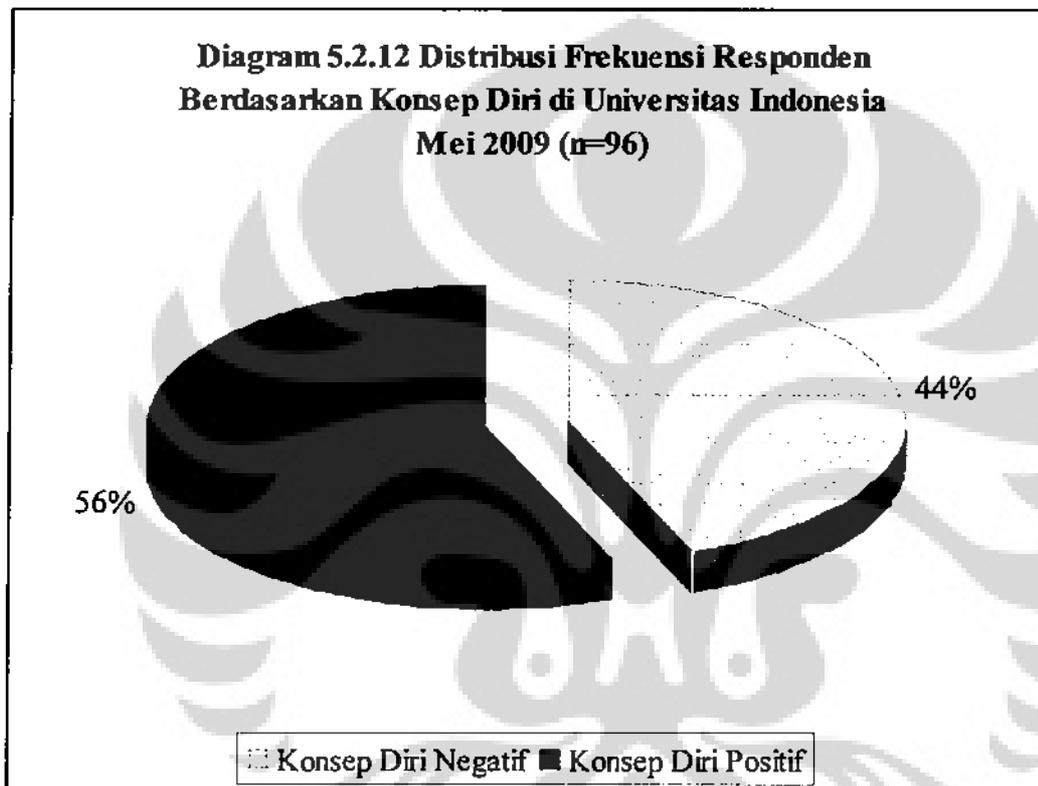
5.2.11 Bentuk-bentuk Berbicara di Depan Umum

Ada banyak bentuk berbicara di depan umum, namun peneliti hanya menyajikan 7 bentuk yang dapat menjadi pilihan responden, yaitu pidato, mengajar, persentasi, menjadi moderator, MC/pembawa acara, memeberikan penyuluhan massal, dan menyampaikan pengumuman di depan umum. Adapun proporsi dari tiap bentuk tersebut secara berurutan seperti susunan di atas adalah 5,2%; 5,2%; 60,4%; 10,4%; 8,3%; 3,1%; dan 7,3%.



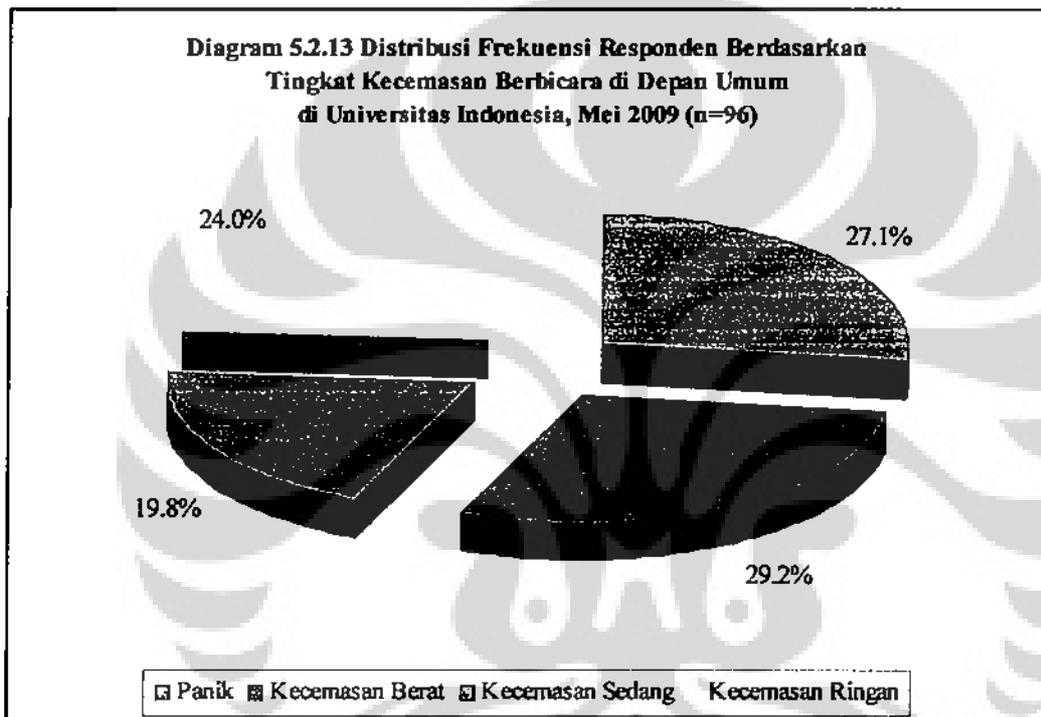
5.2.12 Konsep Diri

Penelitian ini menghasilkan tampilan data bahwa sebanyak 56,3% atau sebanyak 54 responden memiliki konsep diri positif. Hal ini menunjukkan bahwa lebih banyak responden yang memiliki konsep diri positif dibandingkan responden yang memiliki konsep diri negatif, yaitu sebanyak 43,8% atau 42 responden dari jumlah keseluruhan 96 responden.



5.2.13 Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa proporsi terbesar dari jumlah responden mengalami kecemasan berat, yaitu 29,2% atau sebanyak 28 responden. Proporsi terbesar berikutnya ada pada responden dengan tingkat panik, yaitu 27,1% atau sebanyak 26 responden. Selanjutnya, sejumlah 23 responden atau proporsi 24% mengalami kecemasan ringan dan yang terakhir yaitu sebanyak 19 responden atau 19,8% mengalami kecemasan tingkat sedang.



5.4 Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel independen yaitu konsep diri dengan variabel dependen yaitu kecemasan berbicara di depan umum. Adapun hasilnya adalah sebagai berikut.

Tabel 5.4
Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum
pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2008 Universitas Indonesia
di Universitas Indonesia, Mei 2009 (n=96)

		Kecemasan Berbicara di Depan Umum								<i>p value</i>		
Konsep Diri		Panik		Berat		Sedang		Ringan			Total	
No	Diri		%		%		%		%		%	
1	Negatif	17	40.5	12	28.6	5	11.9	8	19	42	100	
2	Positif	9	16.7	16	29.6	14	25.9	15	27,8	54	100	
Total		26	27.1	28	29.2	19	19.8	23	24	96	100	0.45

Hasil analisis hubungan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa reguler angkatan 2008 UI menunjukkan bahwa sebanyak 17 responden (40,5%) yang mengalami kecemasan di tingkat panik memiliki konsep diri yang negatif, sedangkan hanya sebanyak 9 responden (16,7%) yang mengalami kecemasan tingkat panik ternyata memiliki konsep diri yang positif. Kemudian, dapat diketahui juga bahwa hanya sebanyak 8 responden (19%) yang mengalami kecemasan ringan memiliki konsep diri yang negatif, sedangkan sebanyak 15 responden (24%) ternyata memiliki konsep diri yang positif.

Hasil uji korelasi yang dilakukan menggunakan uji *Chi Square* menghasilkan *p value* = 0,045 ($\alpha = 0,05$). Hal ini dapat diartikan bahwa *p value* < α , maka disimpulkan bahwa ada hubungan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum.

BAB VI

PEMBAHASAN

6.1 Interpretasi Hasil

6.1.1 Analisis Univariat

Karakteristik subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa dari berbagai fakultas di Universitas Indonesia (UI), mengikuti program sarjana, angkatan 2008, dan berusia maksimal 20 tahun pada saat penelitian ini dilakukan. Kriteria yang tidak akan tertinggal adalah bahwa mahasiswa-mahasiswa tersebut memiliki pengalaman berbicara di depan umum, salah satunya berupa presentasi. Seperti yang dijelaskan oleh Ali dan Asrori (2008) bahwa konsep diri mulai terbentuk pada awal fase remaja dan berlangsung hingga fase akhir remaja. Masa remaja juga merupakan tahap kompetensi bahasa lengkap, dimana keterampilan dan performansi tata bahasa menjadi lebih sistematis. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa reguler, khususnya angkatan 2008 di Universitas Indonesia.

Hasil penelitian yang didapatkan dari pengumpulan data pada 96 responden menunjukkan bahwa proporsi responden perempuan adalah 87,50% atau 84 mahasiswi dan proporsi responden laki-laki adalah 12,50% atau 12 mahasiswa. Peneliti tidak mengkhususkan responden atau membuat perbandingan yang seimbang antara jumlah mahasiswa laki-laki atau perempuan. Justifikasi peneliti terkait hal ini adalah karena penelitian ini tidak bertujuan untuk menemukan hubungan antara data demografi jenis kelamin dengan kecemasan berbicara di depan umum. Namun, dengan merujuk pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Roekminiwati (2002), didapatkan kesimpulan yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan konsep diri maupun kecemasan komunikasi pada tingkat usia dan jenis kelamin yang berbeda. Namun, hal tersebut kontras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Jackson, Hodge, dan Ingram (Mei, 1994) yang menyatakan bahwa mahasiswa laki-laki memiliki konsep diri yang lebih baik (positif) dari pada mahasiswa perempuan dalam dimensi kemampuan matematika, aktivitas fisik,

dan kestabilan emosi. Penelitian ini menunjukkan bahwa laki-laki secara emosi lebih tidak mudah terpengaruh oleh suasana sekitar, dalam arti tidak mudah mengalami kecemasan ketika konsep diri yang dimilikinya semakin bernilai positif.

Penelitian ini hanya mengidentifikasi suku bangsa dari responden dan tidak menghubungkannya dengan variabel konsep diri. Proporsi hasilnya adalah 2,1% Ambon; 30,2% Batak; 3,1% Betawi; 31,2% Jawa; 1% Manado; 8,3% Sunda; 9,4% Tionghoa/Cina (WNI); 8,3% Minang; dan 6,2% suku bangsa responden tidak teridentifikasi karena responden tidak menuliskan identitas sukunya dalam lembar kuesioner. Data menunjukkan bahwa kelompok suku yang paling banyak dari responden adalah suku Batak. Dalam sebuah buku, Kozier, Erb, Berman, dan Snyder (2004) menyebutkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi konsep diri seseorang adalah latar belakang keluarga dan budayanya. Tiap budaya memiliki ciri khas tersendiri terkait cara pandang, cara asuh, dan banyak lagi etika-etika sosial yang muncul dalam suatu adat yang akhirnya dapat mempengaruhi seseorang untuk dapat peka terhadap diri sendiri atau membentuk konsep diri seseorang. Lang (2001) menyatakan, "Perbedaan budaya bermakna sangat penting karena bagaimana kita mengalami pengalaman pribadi memberikan dampak pada diri dan identitas kita." Namun, apakah kebudayaan Batak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pembentukan konsep diri yang pada akhirnya dapat mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum perlu mendapat penelaahan atau penelitian lebih lanjut. Dalam penelitian ini, peneliti tidak mempelajari teori tentang seluk-beluk kekayaan kebudayaan Batak maupun suku-suku lainnya.

Adapun data terkait prestasi bidang akademik mahasiswa yang merupakan responden penelitian ini adalah data tentang asal fakultas dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK). Dengan melihat hasilnya, diketahui bahwa distribusi proporsi terbesar terdapat pada Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM), yaitu sebesar 16,7%. Sedangkan distribusi terkecil terdapat pada 5 fakultas di UI, yaitu Fakultas Kedokteran (FK) 6,2%; Fakultas Kedokteran Gigi (FKG) 6,2%; Fakultas Ilmu

Budaya (FIB) 6,2%; Fakultas Psikologi (FPsiko) 6,2%; dan Fakultas Ilmu Keperawatan (FIK) 6,2%. Variasi penyebaran jumlah responden ini dipertimbangkan oleh peneliti berdasarkan jumlah populasi mahasiswa di tiap fakultas yang juga berbeda-beda. Kemudian, didapatkan juga data bahwa proporsi IPK terbesar adalah 59,45% responden memiliki IPK >3,0–3,5, sedangkan proporsi terkecil adalah sebanyak 13,5% responden memiliki IPK 2,5–3,0. Jika hal ini dikaitkan dengan teori tentang faktor yang mempengaruhi konsep diri milik Kozier, dkk (2004), salah satunya yaitu pengalaman kesuksesan, baik pencapaian IPK >3,0–3,5 maupun 2,5–3,0 masih dikategorikan rentang kesuksesan prestasi akademik bagi mahasiswa dengan mengingat kebijakan UI terkait mahasiswa terancam *drop out* adalah apabila IPK-nya <2,0. Fahrurrozi (2007), dalam penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa responden secara keseluruhan memiliki konsep diri positif dan pencapaian prestasi belajar yang tinggi. Atau dengan kata lain, kesimpulan dari penelitian tersebut adalah bahwa konsep diri yang positif berbanding lurus dengan tingginya nilai kognitif dan afektif pada diri responden.

Hasil penelitian yang didapat menunjukkan proporsi pendidikan terbesar bapak maupun ibu ada pada jenjang pendidikan sarjana, yaitu sebesar 43,8% untuk bapak dan 37,5% untuk ibu. Urutan kelahiran terbanyak adalah 44,8% adalah anak pertama. Lalu, daerah asal terbanyak responden berasal dan/atau dibesarkan di wilayah Jabodetabek, yaitu sebanyak 58,3% responden. Pendidikan orangtua, baik bapak maupun ibu, kemudian urutan kelahiran dalam keluarga, dan daerah asal (lahir dan dibesarkan) menurut peneliti mungkin mempengaruhi cara pandang individu terhadap dirinya sendiri. Hal ini dapat dilihat dari kebiasaan, perlakuan (pola asuh), dan nilai-nilai atau norma yang ditanamkan kepada seseorang sejak kecil. Remaja berada pada tugas perkembangan pencarian identitas diri. Pencarian tersebut bukan merupakan proses yang instan, melainkan sebuah proses berkesinambungan. Konsep diri mulai terbentuk sejak masa bayi di saat individu mulai menyadari keberadaan fisiknya sampai ketika mati di saat individu sudah banyak memahami dirinya, baik secara fisik maupun psikologis. Kesimpulannya, konsep diri yang berupa totalitas persepsi, pengharapan, dan

penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri terbentuk berdasarkan proses belajar tentang nilai, sikap, peran, dan identitas yang berlangsung seiring tugas perkembangan yang diemban (Yanti, 2009). Namun, untuk hasil yang lebih akurat terkait hubungannya dengan konsep diri, maka perlu dilakukan penelitian lebih lanjut.

Pada penelitian ini didapatkan data bahwa pengalaman tiap individu baik dalam kegiatan organisasional, pengalaman bekerja, dan pengalaman berbicara di depan umum berbeda. Pengalaman berbicara di muka umum yang paling sering dialami responden adalah melakukan presentasi dalam proporsi 60,4% atau 58 responden. Responden yang menyatakan pernah berorganisasi adalah sebanyak 87,5% atau 84 responden. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa pernah terlibat dalam kegiatan yang melatih keterampilan berkomunikasi interpersonal maupun komunikasi publiknya. Sebab, dalam sebuah organisasi tentunya mereka sering mengikuti rapat. Mereka menyampaikan pendapat di depan semua anggota yang hadir dalam forum rapat tersebut. Sebaliknya, proporsi mahasiswa yang menyatakan pernah bekerja lebih sedikit dibandingkan dengan yang tidak pernah bekerja. Mahasiswa yang pernah bekerja ditunjukkan oleh proporsi 17,7% atau 17 mahasiswa. Menurut peneliti, angka tersebut tidak terlalu mempengaruhi pengalaman berkomunikasi responden. Sebab, peneliti menyimpulkan bahwa tidak semua pengalaman bekerja termasuk dalam kegiatan yang dapat melatih keterampilan berkomunikasi. Hal ini dapat diketahui dari jawaban yang tertulis dalam kuesioner, misalnya berjualan pulsa atau berjualan makanan. Namun, ada beberapa responden yang menyatakan diri pernah memiliki pengalaman sebagai asisten bagian administrasi atau keuangan suatu perusahaan X atau manajer grup usaha AMP. Setiap orang memiliki cara yang unik dan subjektif dalam memandang dunia – cara melihat, mendengar, mencium, menyentuh, dan merasakan. Tidak ada seorang pun yang memandang dunia sama persis sepertimu, dan tidak ada seorang pun yang memiliki pengalaman tepat sama sepertimu (Pearson, Nelson, Titswort, & Harter, 2006). Akan tetapi, perlu ditelaah lagi bahwa dalam kaitannya dengan komunikasi maka pengalaman yang dialami pun seharusnya tidak mengabaikan konteks kepentingan komunikasi.

Secara umum dalam penelitian ini, proporsi mahasiswa yang memiliki konsep diri positif lebih banyak dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki konsep diri negatif, perbandingannya adalah 56,3% : 43,8%. Hal ini dapat dipengaruhi berbagai macam faktor seperti yang diungkapkan oleh Kozier, dkk (2004). Kemudian, Jewell (2006) yang mengatakan bahwa individu yang berinteraksi dengan lingkungan sosial, secara tidak langsung dalam dirinya akan terbentuk konsep diri. Konsep diri adalah sekumpulan keyakinan yang kita pegang tentang siapa diri kita. Pada masa remaja, individu mulai menilai kembali berbagai kategori yang telah terbentuk sebelumnya dan konsep dirinya menjadi semakin abstrak. Penilaian kembali pandangan dan nilai-nilai ini sesuai dengan dengan tahap perkembangan kognitif yang sedang remaja jalani, dari pemikiran yang bersifat konkrit menjadi lebih abstrak dan subjektif. Piaget mengatakan bahwa remaja sedang berada pada tahap formal operasional, individu belajar untuk berpikir abstrak, menyusun hipotesis, mempertimbangkan alternatif, konsekuensi, dan instropeksi (Fuhrmann,1990 dalam Yanti 2009). Menurut Hollingworth (dalam Jersild, 1965) masa remaja merupakan masa terpenting bagi seseorang untuk menemukan dirinya. Mereka harus menemukan nilai-nilai yang berlaku dan yang akan mereka capai di dalamnya. Individu harus mulai belajar untuk mengatasi masalah-masalah, merencanakan masa depan, dan khususnya mulai memilih jenis pekerjaan yang akan digeluti secara rasional (Allport dalam Sarason, 1972 dalam Yanti, 2009). Dengan demikian, proporsi mahasiswa dengan konsep diri positif yang lebih besar mengindikasikan bahwa pembentukan nilai-nilai diri mereka berjalan ke arah perkembangan yang baik.

Orang yang memiliki konsep diri positif dapat dilihat dari ciri-cirinya yang yakin akan kemampuannya mengatasi masalah, merasa setara dengan orang lain, menerima pujian tanpa rasa malu, memahami perbedaan yang heterogen dalam sistem sosial, dan sanggup memperbaiki diri/optimis (Rakhmat, 1996). Responden dalam penelitian ini juga cenderung memilih jawaban positif bagi pernyataan-pernyataan positif dan memilih jawaban yang tetap mengarah ke positif untuk pernyataan-pernyataan negatif. Misalnya, mereka merasa ukuran tubuh mereka boleh dibilang ideal, tidak terlalu gemuk atau kurus maupun terlalu tinggi atau

rendah. Hal ini sesuai dengan pandangan Stuart dan Laraia (2001) bahwa seseorang dengan konsep diri yang kuat atau positif dapat memandang dunia dengan pikiran terbuka dan jujur karena ia memiliki latar belakang penerimaan diri. Kemudian, mereka merasa bahagia menjadi bagian dari sistem sosial yang ada di sekitar mereka, baik keluarga maupun lingkungan pergaulan bersama dengan teman. Mereka tidak mengalami kesulitan dalam berteman dan mudah memaafkan orang lain. Umumnya, mereka juga adalah orang yang selalu ingin meningkatkan kedekatan relasinya tidak hanya secara horizontal dengan sesama, tapi juga secara vertikal dengan Tuhan.

Penelitian ini menghasilkan 4 kategori kecemasan berbicara di depan umum, yaitu 29,2% atau sebanyak 28 responden mengalami kecemasan berat, berikutnya responden dengan tingkat panik, yaitu 27,1% atau sebanyak 26 responden. Selanjutnya, sejumlah 23 responden atau proporsi 24% mengalami kecemasan ringan dan yang terakhir yaitu sebanyak 19 responden atau 19,8% mengalami kecemasan tingkat sedang. Cemas merupakan salah satu bentuk mekanisme pertahanan terhadap stres yang dialami oleh individu sebagai usaha untuk mengurangi stres tersebut. Seperti yang disampaikan oleh Townsend (2005) bahwa kecemasan adalah respon psikologis primer dari stres yang biasanya diekspresikan secara alami dan diasosiasikan dengan perasaan tidak percaya dan tidak berdaya. Demikian juga dengan kecemasan yang dialami oleh seseorang saat menghadapi pengalaman berbicara di depan umum. Ketika seseorang menghadapi sebuah situasi khusus, seperti berbicara di depan umum, seringkali ia menunjukkan peningkatan nervus/kegelisahan (Mladenka *at al*, 1998 dalam Gamble 2005). Terlihat dari proporsi terbesar diduduki oleh kecemasan berbicara di depan umum tingkat berat, maka dapat disimpulkan bahwa sebanyak 29,2% dari responden yang adalah mahasiswa reguler angkatan 2008 UI masih mengalami gejala-gejala yang muncul akibat *stressor* berupa komunikasi publik.

Tanda dan gejala cemas adalah denyut jantung yang cepat dan ireguler, nyeri perut, tangan, lengan atau kaki bergetar, mulut kering, leher kaku, serak di tenggorokan, mual, diare, dan kelelahan (Gamble & Gamble, 2005). Seperti yang

dinyatakan oleh responden seturut dengan isi kuesioner, semakin berat tingkatan cemas, maka mereka sangat setuju jika terdapat tanda yang dapat diobservasi, misalnya merasa gugup dan tegang saat melakukan persiapan untuk berbicara di depan umum, pikiran menjadi kacau dan bingung, tangan terasa gemetar, tidak dapat berpikir dengan jernih, jantung mereka berdetak kencang. Ada juga yang menyatakan bahwa mereka cemas jika terdapat suatu kesalahan karena hal itu akan membubarkan konsentrasi pada topik bahasan berikutnya dalam presentasi tersebut.

Hasil penelitian menunjukkan proporsi mahasiswa yang mengalami panik adalah 27,1% atau sebanyak 26 responden. Seperti yang diungkapkan oleh Peplau (1963) bahwa tingkat cemas yang paling berat adalah panik. Mereka yang mengalami kepanikan menjadi sangat sulit untuk fokus pada satu pekerjaan. Kemudian, muncul kesalahpahaman atau gangguan orientasi realita sehingga dapat juga mengakibatkan halusinasi atau delusi (Townsend, 2005). Mereka mungkin berpikir bahwa mereka memiliki penyakit atau mengalami ketakutan yang mengancam nyawa sehingga mereka terlihat seperti 'gila', kehilangan kendali, dan emosinya labil (*American Psychological Association*, 2000). Meskipun APA menyebutkan bahwa orang yang mengalami panik memperlihatkan tanda-tanda seperti yang telah disebutkan, tetapi tidak berarti bahwa 27,1% atau sebanyak 26 responden dalam penelitian terlihat 'gila' atau sampai mengalami halusinasi. Dalam kuesioner, peneliti tidak mencantumkan pernyataan tentang tanda-tanda tersebut dengan pertimbangan bahwa tingkat kecemasan berbicara di depan umum berupa panik harus dilihat kembali stressor yang mempengaruhinya. Misalnya, jika *stressor* hanya berupa bentuk berbicara di depan umum yaitu presentasi atau menyampaikan pengumuman di depan kelas, sangat kecil kemungkinan atau bahkan tidak mungkin mereka sampai mengalami halusinasi atau ketakutan yang mengancam nyawa. Oleh sebab itu, tanda-tanda bahwa mereka mengalami panik misalnya kehilangan kendali, emosinya labil, atau sangat sulit untuk fokus pada satu pekerjaan.

Sedangkan tingkat kecemasan berikutnya yang lebih rendah adalah kecemasan berat, sedang dan ringan. Untuk kecemasan berat dan sedang sulit mendefinisikannya dari jawaban responden karena skala yang dipakai dalam penelitian ini adalah skala Likert dengan alternatif jawaban sangat setuju, setuju, tidak setuju, atau sangat tidak setuju. Maka respon yang dapat diidentifikasi adalah kecemasan tingkat terberat dan kecemasan tingkat teringan. Meskipun secara numerik keempat tingkatan cemas tersebut dapat diketahui perbedaannya.

Kecemasan berbicara di depan umum tingkat ringan dapat diketahui dari respon sangat setuju responden pada pernyataan bahwa menurut mereka berbicara di depan umum adalah suatu pengalaman yang menyenangkan, mereka menantikan kesempatan untuk dapat berbicara di depan umum, atau merasa dapat memegang kendali penuh atas dirinya saat berbicara di depan umum. Hal ini sesuai dengan teori intrapersonal Freud menyebutkan bahwa kecemasan berlangsung terus-menerus (Fontaine, 2003). Artinya adalah seperti yang diutarakan oleh Townsend (2005) bahwa seseorang dapat berespon dengan bermacam-macam cara untuk menghadapi stres, baik dengan berfokus pada masalah, kognitif, maupun emosional. Hal ini dinamakan mekanisme koping. Cemas ringan terjadi setiap hari, tapi jarang menimbulkan masalah. Sebaliknya, cemas ringan dapat memotivasi seseorang untuk lebih produktif, memperluas lapang pandang/persepsi, dan menjadikan seseorang lebih waspada terhadap lingkungan sekitar.

6.1.2 Analisis Bivariat

Penelitian ini menghasilkan korelasi yang signifikan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di muka umum dengan perolehan $p\text{ value} = 0,045$ ($\alpha = 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin positif konsep diri seseorang maka semakin ringan kecemasan berbicara yang dialaminya. Semakin negatif konsep diri seseorang maka semakin berat juga tingkat kecemasan berbicara di muka umumnya, khususnya pada mahasiswa reguler angkatan 2008 UI. Menurut Pearson, Nelson, Titswort, dan Harter (2006), faktor-faktor yang mempengaruhi komunikasi antara lain persepsi, atribusi, kesadaran diri, penampilan/pembawaan

diri. Hasil penelitian ini sebanding dengan penelitian yang dilakukan oleh Roekminiwati (2002) yang mendapatkan hasil bahwa konsep diri mempunyai hubungan yang sangat nyata dengan kecemasan komunikasi dengan koefisien korelasi antara variabel konsep diri dan kecemasan komunikasi sebesar -0.611. Pada tahun 1963, Sullivan menyebutkan bahwa seseorang dengan konsep diri negatif biasanya memiliki persepsi yang sempit tentang diri. Karena ia mudah merasa terancam, tingkat cemasnya akan cepat meningkat dan mengasihani diri sendiri. Ini berarti ada hubungan antara tingkat kecemasan seseorang dengan konsep dirinya (Stuart & Laraia, 2001).

6.2 Keterbatasan Penelitian

6.2.1 Variabel Penelitian

Kecemasan berbicara di depan umum tidak hanya dipengaruhi oleh konsep diri seseorang, tapi juga oleh faktor-faktor lain. Sejauh tinjauan pustaka, peneliti menemukan faktor lain tersebut adalah berupa persepsi, atribusi, kesadaran diri, dan penampilan/pembawaan diri. Namun, karena keterbatasan waktu, dana, dan tenaga, maka penelitian ini hanya berfokus pada ada tidaknya hubungan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Konsep diri sendiri juga terbagi atas 5 bagian, yaitu harga diri, gambar diri, identitas diri, ideal diri, dan penampilan peran. Tiap-tiap bagian itu memiliki spesifikasi perilaku baik verbal maupun non-verbal. Namun, dalam penelitian ini, peneliti tidak mengkorelasikan satu per satu bagian dari konsep diri tersebut.

6.2.2 Metode Sampling

Peneliti memakai rumus presisi relatif dengan proporsi (P) sampel dibandingkan dengan populasi tidak diketahui, menggunakan *Confidence Interval (CI)* 95% dan *degree of freedom (df)* 0,1. Diperoleh 96 responden dan ini sebenarnya kurang mewakili keseluruhan mahasiswa reguler angkatan 2008 UI yang jumlahnya lebih dari empat ribu mahasiswa. Pengambilan datanya pun pada akhirnya tidak dapat mengikuti prosedur *stratified random sampling* yang semula peneliti tetapkan sebagai metode sampling penelitian ini. Hal ini dikarenakan oleh keterbatasan data mengenai jumlah mahasiswa reguler angkatan 2008 di masing-masing

fakultas di UI yang peneliti dapatkan. Pada akhirnya, peneliti memang tetap membagi pengambilan data ke 12 fakultas di UI namun dengan sistem *accidental sampling*.

6.2.3 Keterbatasan Kelengkapan Jawaban Responden

Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner dengan total pernyataan 63 butir. Seringkali responden mengeluhkan bahwa pernyataannya terlalu banyak. Oleh sebab itu, ada beberapa responden yang tidak mengisi data kontrol. Ini mempengaruhi pengolahan data. Pada akhirnya peneliti harus mencantumkan label 'tidak diketahui' pada hasil pengolahan data tersebut.

6.2.4 Keterbatasan Waktu Pengambilan Data

Peneliti menilai bahwa waktu pengambilan data sangat sempit dan tidak sesuai dengan yang sudah dijadwalkan di bab tiga. Hal ini terjadi karena penyusunan instrumen penelitian yang mengalami hambatan sehingga waktunya mundur dan menggeser waktu uji validitas dan reliabilitas kemudian juga waktu pengambilan data. Peneliti juga mengambil mahasiswa dari 2 fakultas UI yang ada di Salemba, yaitu FK dan FKG. Pengambilan data ke FK dan FKG terkendala masalah jadwal kuliah yang tidak sesuai dengan jadwal kuliah peneliti.

6.2.5 Keterbatasan Peneliti

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki banyak keterbatasan yang berkaitan erat dengan kapaistas dan pengalaman peneliti sendiri. Penelitian ini merupakan pengalaman pertama peneliti. Oleh karena itu, peneliti merasa masih kurang optimal dalam melakukan studi pustaka, pengolahan data, dan analisa/pembahasan hasil penelitian ini.

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Mahasiswa adalah subjek pendidikan yang tidak pernah lepas dari tanggung jawab untuk terus mengembangkan diri demi pengabdian kepada bangsa. Salah satu bentuk tanggung jawab ketika di bangku perkuliahan adalah dengan setia mengerjakan tugas, berdiskusi, melakukan presentasi, dan lain-lain. Bagi sebagian mahasiswa, perkuliahan merupakan masa yang penuh dengan *stressor*. Salah satu *stressor* itu muncul pada saat mereka diperhadapkan pada situasi untuk berbicara di depan umum. Sebagaimana dari hasil penelitian ini, diketahui bahwa konsep diri dapat mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum.

Adapun judul penelitian ini adalah hubungan konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa reguler angkatan 2008 UI. Penelitian ini menghasilkan data karakteristik responden, yaitu seperti jenis kelamin, suku bangsa, fakultas, prestasi akademik (berdasarkan Indeks Prestasi/ IP), latar belakang pendidikan orang tua (bapak dan ibu), urutan kelahiran dalam keluarga, daerah asal (daerah lahir dan dibesarkan), pengalaman berorganisasi, pengalaman bekerja, dan bentuk-bentuk berbicara di depan umum yang pernah dilakukan selama di universitas.

Selain itu, dapat diketahui juga proporsi kualitas konsep diri responden, yaitu sebanyak 56,3% atau 54 responden memiliki konsep diri positif dan responden yang memiliki konsep diri negatif, yaitu sebanyak 43,8% atau 42 responden dari jumlah keseluruhan 96 responden. Sedangkan tingkat kecemasan berbicara di depan umum antara lain responden yang mengalami kecemasan berat, yaitu 29,2% atau 28 responden. Proporsi besar berikutnya ditempati oleh responden dengan tingkat panik, yaitu 27,1% atau sebanyak 26 responden. Selanjutnya, sejumlah 23 responden atau proporsi 24% mengalami kecemasan ringan dan yang terakhir yaitu sebanyak 19 responden atau 19,8% mengalami kecemasan tingkat sedang.

Hasil analisis korelasional didapatkan kesimpulan bahwa H_0 ditolak, karena p value = 0,045 ($\alpha = 0,05$), yang artinya terdapat hubungan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa reguler angkatan 2008 UI.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi responden

Responden dapat memanfaatkan hasil penelitian ini untuk meningkatkan pengetahuan diri tentang konsep diri dan kecemasan berbicara di depan umum. Sebagai mahasiswa tentunya tidak akan terhindar dari tugas yang membawa kita untuk berhadapan langsung dengan publik, atau minimalnya di depan teman-teman sekelas. Oleh sebab itu, penelitian ini dapat memotivasi responden untuk berusaha memiliki konsep diri yang baik demi kesuksesan hasil berbicara di depan umum.

7.2.2 Bagi Pelayanan Keperawatan

Beberapa teori dalam penelitian ini, baik yang berkaitan dengan konsep diri maupun kecemasan berbicara di depan umum dapat menambah satu referensi media belajar dan informasi bagi para perawat di pelayanan keperawatan. Perawat dalam dunia pelayanan kesehatan tidak hanya menghadapi klien secara interpersonal (*person to person*) tapi juga harus menghadapi pasien dalam jumlah yang besar. Misalnya ketika perawat memberikan penyuluhan di area keperawatan komunitas. Sehubungan dengan hal tersebut, perawat juga membutuhkan keterampilan dan teknik komunikasi publik yang dapat membantu mereka berkomunikasi di depan orang banyak. Setelah membaca hasil penelitian ini, diharapkan hambatan komunikasi berupa kecemasan yang dapat diminimalisir terlebih dahulu.

7.2.2 Bagi Institusi Pendidikan

Kurikulum baru seperti KBK yang mulai diterapkan UI di beberapa fakultas merupakan wadah strategi pembelajaran yang sangat efektif untuk meningkatkan kemandirian dan kompetensi mahasiswa. Di dalam kurikulum ini tiap mahasiswa

dituntut untuk dapat aktif dalam pembelajaran dan secara asertif serta percaya diri dapat mengungkapkan opini kepada semua orang (anggota kelas). Namun, perlu disadari bahwa setiap mahasiswa berasal dari berbagai latar belakang. Pada masa adaptasi berlangsung, mereka cenderung masib membawa konsep diri dari tempat asal mereka. Fenomena inilah yang perlu diperhatikan oleh pengajar/para dosen yang mengajar di kelas. Tiap mahasiswa yang memiliki konsep diri yang berbeda ternyata melalui penelitian ini dibuktikan bahwa mereka juga memiliki tingkat kecemasan berbicara di muka umum yang berbeda. Oleh sebab itu, hendaknya dosen memberikan dorongan mental dan motivasi yang lebih bagi mahasiswa yang kurang berani atau terlihat sangat cemas ketika menyampaikan pendapat di muka kelas.

7.2.3 Bagi Masyarakat

Penelitian memang hanya terbatas pada reponden mahasiswa. Akan tetapi, kelompok profesional yang telah bekerja sekalipun dapat memanfaatkan hasil penelitian ini untuk menambah pengetahuan tentang pengaruh kualitas konsep diri terhadap kesuksesan berbicara di depan umum. Terlebih bagi para profesional yang bekerja di bidang sosial, hukum, ekonomi yang sering berinteraksi dengan publik.

7.2.4 Bagi Peneliti

Peneliti seharusnya lebih memperhitungkan waktu penelitian ini sehingga dalam pengerjaannya tidak terburu-buru. Penelitian tentang konsep diri yang adalah bagian dari keilmuan jiwa dapat memotivasi peneliti untuk lebih giat lagi dalam mempelajarinya, baik terkait topik ini maupun topic lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. & Asrori, M. (2008). *Psikologi remaja: perkembangan peserta didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Burns, N. & Groove, S. K. (2001). *The practice of nursing research: conduct, critique, & utilization. 4th edition*. USA: W. B. Saunders Company.
- Carpio, R. C. & Encarnacion, A. M. (2005). *Private and public speaking*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Deborah Antai-Otong. (1995). *Psychiatric nursing: biological and behavioral concepts*. Philadelphia: W. B Saunders Company.
- Din. (2009). *Mengatasi rasa takut berbicara di depan umum*. Diambil dari: <http://perempuan.kompas.com/read/xml/2009/02/16/1044577/Mengatasi.Rasa.Takut.Berbicara.di.Depan.Umum> pada tanggal 3 Maret 2009.
- Fahrurrozi, Fajar. (2007). *Self concept in the learning achievement*. Diambil dari: tehmanis_hangat@yahoo.com pada tanggal 20 Mei 2009.
- Fitts, W. H. (1972). *The self concept and psychopathology: studies on the self concept*. California: Western Psychological Services.
- Fontaine, K. L. (2003). *Mental health nursing. Fifth edition*. USA: Pearson Education.
- Gamble, T. K., & Gamble, M. (2005). *Communication works. Eighth edition*. USA: McGraw Hill.
- Greenberg, J. S. (2006). *Comprehensive stress management. Eight edition*. Boston: McGraw Hill.

- Hansen, M. (2008, Jan 28th). Students learn to conquer fear of public speaking. *McClatchy - Tribune Business News. Washington*. November 24, 2008.
<http://proquest.umi.com/pqdweb?did=1419420261&sid=1&Fmt=3&clientId=45625&RQT=309&VName=PQD>.
- Herlambang, R. (2008). *Public speaking*. Diambil dari:
<http://herlambangperdana.wordpress.com> pada tanggal 22 November 2008.
- Hidayat, A. A. A. (2007). *Riset keperawatan dan teknik penulisan ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hockenberry, M. J., & Wilson, D. (2007). *Wong's nursing care of infant and children. Eighth edition*. Canada: Mosby Elsevier.
- Jewell, L. (2006). *Psychology of personality*. USA: Pearson Prentice Hall.
- Kozier, B., Erb, G., Berman, A., & Snyder, S. J. (2004). *Fundamentals of nursing: concept, process, and practice. Seventh edition*. USA: Pearson Education, Inc.
- Lang, Susan. (2001). *Contrast of U.S./Chinese memories shows impact of culture on 'self-concept'*. Diambil dari:
http://findarticles.com/p/articles/mi_m2294/is_n9-10_v30/ai_15691901/ pada tanggal 20 Mei 2009.
- Lutz, B. (2008, April). Performers vs anxiety. *New Orleans Magazine*, 42, Iss. 7; pg. 44, 2 pgs. November 24, 2008.
<http://proquest.umi.com/pqdweb?did=1469212951&sid=1&Fmt=3&clientId=45625&RQT=309&VName=PQD>.
- Magdalena, M. (1996, Agustus). *Hubungan antara kesadaran diri dengan kecemasan berbicara di depan umum*. Fakultas Psikologi UI, Depok: Skripsi. Tidak dipublikasikan.

- McCroskey, J. C. (1970). Measures of communication-bound anxiety. *Speech Monographs*, 37, 269-277.
- Mears, A. G. (2008). *Berbicara di depan publik* (Wahyu Untara, Penerjemah.). ___: Milestone.
- Murray, M. T. (1995). *Stress, anxiety, & insomnia. How you can benefit from diet, vitamins, minerals, herbs, and exercise*. USA: Prima Publishing.
- NN. (2007, July 2). Leave anxiety at door when speaking in public. *NJBIZ*, 20, Iss. 27; pg. 13, 1 pgs. November 24, 2008.
<http://proquest.umi.com/pqdweb?did=1382113841&sid=4&Fmt=4&clientId=45625&ROT=309&VName=PQD>.
- NN. (...). *Personal report of communication apprehension (PRCA-24)*. Diambil dari: <http://www.hawaii.edu/gened/oc/PRCA-24.pdf> pada tanggal 9 April 2009.
- Pollit & Hungler. (2001). *Essential of nursing research: methods, appraisal, and utilization*. Philadelphia: Lippincott.
- Portney, L. G. & Watkins, M. P. (2000). *Foundations of clinical research: applications to practice. 2nd edition*. USA: Prentice-Hall, Inc.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2005). *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, dan praktik. Edisi keempat* (Yasmin Asih, Made Sumarwati, dkk, Penerjemah.). Jakarta: EGC.
- Program Dasar Pendidikan Tinggi Universitas Indonesia. (2005). *Bahasa Indonesia: sebuah pengantar penulisan ilmiah dan suplemen 2005*. Jakarta: UI Press.

- Rakhmat, J. (2000). *Psikologi komunikasi edisi revisi*. Bandung: Remaja Rosdakarya Offset.
- Robbin, J. G. & Jones, B. S. (2008). *Komunikasi efektif: untuk pemimpin, pejabat, dan usahawan* (R. Turmaan Sirait, Penerjemah.). Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya.
- Roekminimati. (Agustus, 2002). *Hubungan konsep diri dengan kecemasan komunikasi pada mahasiswa sekolah tinggi ilmu statistik jakarta*. Fakultas Psikologi UI Depok: Skripsi. Tidak dipublikasikan.
- Smith, C. D., Sawyer, C. R., & Behnke, R. R. (2005, April-October). Physical symptoms of discomfort associated with worry about giving a public speech. *Communication Reports*, 18, Iss. ½; pg. 31, 11 pgs. November 24, 2008. <http://proquest.umi.com/pqdweb?did=1016125051&sid=4&Fmt=4&clientId=45625&RQT=309&Vname=POD>.
- Stuart, G. W., & Laraia, M. T. (2001). *Principles and practice of psychiatric nursing. Seventh edition*. USA: Mosby, Inc.
- Stuart, G. W., & Laraia, M. T. (2005). *Principles and practice of psychiatric nursing. Eight edition*. St. Louis, Missouri: Mosby.
- Townsend, M. C. (2005). *Essential of psychiatric mental health nursing. Third edition*. Philadelphia: F. A. Davis Company.
- Tubbs, S. L., & Moss, S. (2003). *International edition human communication: principles and contexts*. USA: McGraw Hill.
- Universitas Indonesia. (2008). *Pedoman teknis penulisan tugas akhir mahasiswa universitas indonesia*. Depok: UI Press.

Warsa, U. C. (2007). *Langkah otonomi universitas indonesia menuju universitas riset kelas dunia*. Diambil dari:

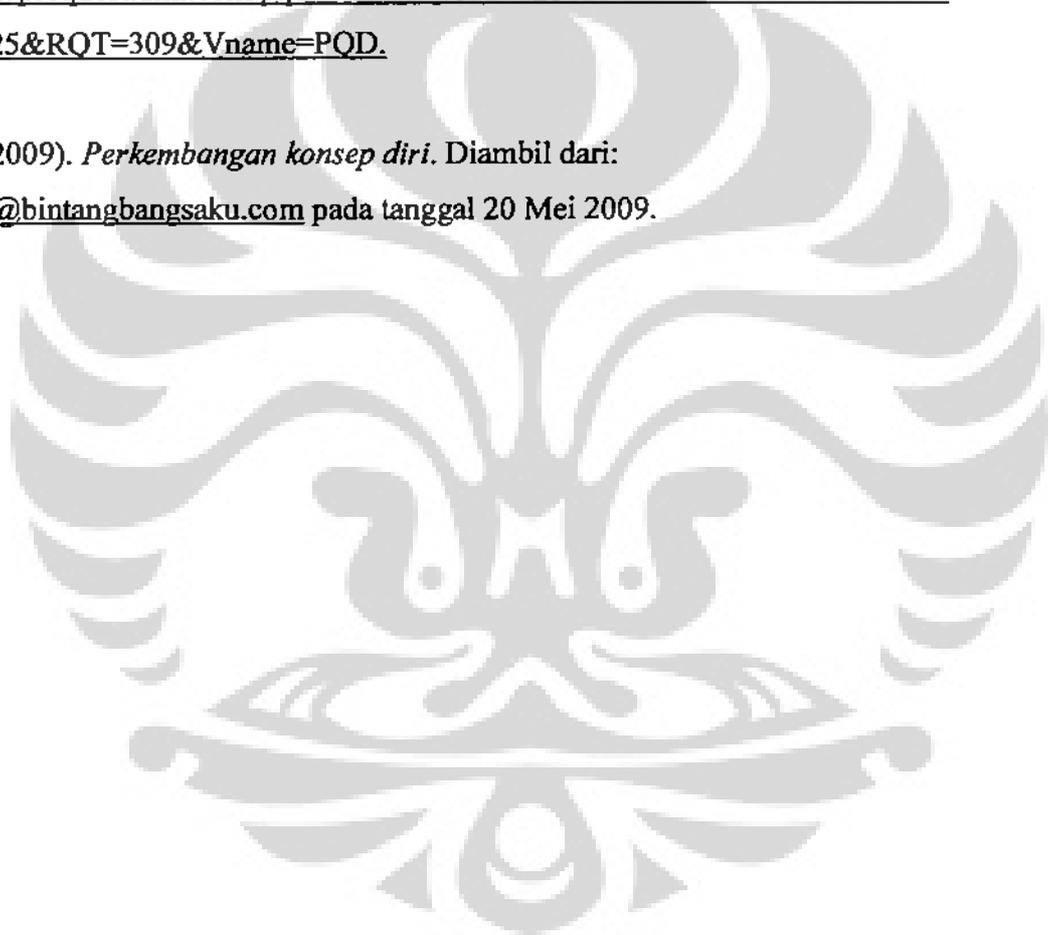
http://www.ui.edu/download/files/memorandum_akhir_jabatan.pdf pada tanggal 10 November 2008.

Witt, P. L., Brown, K. C., Roberts, J. B., Weisel, J., *et al.* (2006, March). Somatic anxiety patterns before, during, and after giving a public speech. *The Southern Communication Journal*, 71, Iss. 1; pg. 87, 14 pgs. November 24, 2008.

<http://proquest.umi.com/pqdweb?did=1032922561&sid=4&Fmt=4&clientId=45625&RQT=309&Vname=PQD>.

Yanti. (2009). *Perkembangan konsep diri*. Diambil dari:

info@bintangbangsaku.com pada tanggal 20 Mei 2009.





LAMPIRAN

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada

Yth, Calon Responden Penelitian

Di Tempat

Dengan Hormat,

Saya, peneliti, yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mikha Christina

NPM : 130500705X

Alamat : Jl. Margonda Raya, Gang. Karet 03 RT/RW. 001/05

Kel. Kemiri Muka, Kec. Beji, Depok

adalah mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia yang sedang melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2008 Universitas Indonesia." Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum yang dialami oleh mahasiswa.

Penelitian ini tidak akan menimbulkan risiko yang membahayakan responden. Selama penelitian, peneliti akan merahasiakan identitas responden dan jawaban responden dalam penelitian yang dilakukan. Apabila bersedia secara sukarela untuk menjadi responden, responden dipersilakan menandatangani lembar persetujuan menjadi responden. Pada penelitian ini, responden diminta mengisi kuesioner. Setelah selesai mengisi kuesioner, responden berhak mendapatkan *souvenir* sebagai tanda terima kasih dari peneliti.

Saya berharap Anda bersedia menjadi responden dan berpartisipasi dalam penelitian ini. Atas kesediaan dan kerjasama Anda, saya menyampaikan terimakasih.

Hormat saya,

Peneliti

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bersedia menjadi responden yang dilakukan oleh:

Nama : Mikha Christina

NPM : 130500705X

No. HP : 0852 336 87007

Judul : Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2008 Universitas Indonesia.

Saya mengerti bahwa saya telah menjadi bagian dari penelitian yang tidak akan memberikan risiko yang membahayakan bagi saya. Saya secara sukarela mau menjadi responden tanpa paksaan dari pihak manapun. Saya juga telah mendapatkan penjelasan tentang tujuan penelitian ini, yaitu untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum yang dialami oleh mahasiswa.

Peneliti akan memberikan souvenir sebagai tanda terima kasih setelah saya mengisi kuesioner yang diberikan. Apabila saya merasa tidak nyaman dengan pernyataan yang harus saya isi dalam kuesioner, saya berhak mengundurkan diri dari penelitian ini tanpa ada risiko atau tanpa dikenai sanksi apapun. Saya mengerti bahwa hasil dari penelitian ini akan diberikan apabila saya memintanya dengan menghubungi peneliti.

Saya telah mendapat penjelasan dari peneliti bahwa jawaban yang saya berikan dalam kuesioner bersifat sukarela dan identitas saya sebagai responden akan dirahasiakan. Semua berkas yang mencantumkan identitas responden hanya akan digunakan untuk keperluan pengolahan data. Setelah itu, semua data tersebut akan dimusnahkan.

Saya menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden pada penelitian ini. Demikian surat persetujuan ini saya tanda tangani tanpa ada paksaan.

Responden

PENGANTAR

Batasan pengertian 'berbicara di depan umum' yang digunakan dalam penelitian ini adalah: Berbicara di depan umum merupakan suatu aktivitas komunikasi dua arah dengan tujuan tertentu antara seorang pembicara dengan sekelompok orang secara langsung/bertatap muka dalam durasi waktu tertentu.

Berbicara di muka umum memiliki ciri-ciri khusus yang membedakannya dengan percakapan biasa, yaitu:

- (1) ada batasan waktu bagi pembicara dan pendengar pun tidak bebas melakukan interupsi untuk bertanya atau berkomentar,
- (2) dilakukan untuk tujuan tertentu, sehingga memerlukan persiapan sebelumnya,
- (3) menggunakan bahasa formal (istilah-istilah yang baku dan tata bahasa yang baik),
- (4) menggunakan suara dengan identitas tertentu agar terdengar jelas oleh seluruh pendengar,
- (5) menggunakan gerak-gerik tubuh yang mendukung, dan
- (6) menghindari sikap/kebiasaan verbal yang dapat mengganggu konsentrasi pendengar

Ada bermacam-macam bentuk berbicara di depan umum. Bentuk-bentuk yang diteliti dalam riset ini dibatasi pada:

- (1) Pidato
- (2) Presentasi
- (3) Menjadi MC (*Master of Ceremony*)/pembawa acara
- (4) Menjadi moderator
- (5) Memberikan penyuluhan massal
- (6) Mengajar
- (7) Menyampaikan instruksi/pengumuman di depan umum

DATA KONTROL

Jenis kelamin : Laki-laki Perempuan

Suku bangsa : Ambon Batak Bali Betawi
 Jawa Manado Sunda
 Tionghoa/Cina (WNI) Lain-lain:

Fakultas :

Indeks Prestasi (IPK) : < 2,5 2,5 – 3,0 >3,0 – 3,5 >3,5 – 4,0

Pendidikan orang tua

♥ Bapak :

♥ Ibu :

Urutan kelahiran dalam keluarga : Anak ke-.....dari.....bersaudara

Daerah asal (lahir dan dibesarkan) :

Pengalaman berorganisasi :

Pengalaman bekerja :

Bentuk berbicara di depan umum yang pernah dilakukan selama di universitas,
yaitu:

- pidato
- mengajar
- presentasi
- menjadi moderator
- menjadi MC/pembawa acara
- memberikan penyuluhan massal
- menyampaikan instruksi/pengumuman di depan umum

BAGIAN I

PETUNJUK PENGISIAN

Pada bagian ini terdapat sejumlah pernyataan yang berhubungan dengan aktivitas berbicara di depan umum. Anda diminta untuk menyatakan bahwa Anda setuju atau tidak setuju menggunakan 4 (empat) alternatif jawaban, yaitu:

STS : Sangat Tidak Setuju
TS : Tidak Setuju
S : Setuju
SS : Sangat Setuju

CARA PENGISIAN

Berikanlah tanda silang (X) pada kolom jawaban yang tersedia!

Contoh:

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Berbicara di muka umum adalah aktivitas yang menantang.				X

⊙ Dengan memberikan tanda silang (X) pada kolom S, berarti: Anda setuju bahwa berbicara di depan umum adalah aktivitas yang menantang.

Catatan Penting!

Pernyataan di bawah ini berfokus khususnya pada kecemasan berbicara di depan umum yang Anda lakukan di Universitas Indonesia dalam rangka memenuhi tugas akademik dan secara umum pada kesempatan berbicara di muka umum lain.

Untuk mengerjakan bagian ini, bayangkan kembali situasi ketika Anda tampil di depan kelas atau di depan orang banyak.

Selamat mengerjakan!

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya merasa tegang dan gugup saat melakukan persiapan untuk berbicara di depan umum.				
2.	Saya merasa tegang saat mengetahui ada tugas untuk berbicara di depan umum tercantum dalam jadwal kuliah saya.				
3.	Pikiran saya menjadi bingung dan kacau ketika berbicara di depan umum.				
4.	Setelah selesai berbicara di depan umum, saya berpikir bahwa saya baru saja mendapat pengalaman yang menyenangkan.				
5.	Saya menjadi cemas saat memikirkan aktivitas berbicara di depan umum yang harus saya lakukan dalam waktu dekat.				
6.	Saya tidak memiliki ketakutan untuk berbicara di depan umum.				
7.	Meskipun merasa gugup menjelang berbicara di depan umum, saya merasa tenang dan nyaman setelah aktivitas tersebut dimulai.				
8.	Saya menanti-nantikan kesempatan untuk dapat berbicara di depan umum.				
10.	Tangan saya terasa gemetar ketika berbicara di depan umum.				
11.	Saya merasa cemas bila ada seseorang di antara pendengar yang akan menanyakan tentang bagian yang tidak saya kuasai dari topik saya.				
12.	Saya merasa bahwa saya memegang kendali penuh atas diri saya (menguasai diri sepenuhnya) ketika berbicara di depan umum.				
13.	Saya dapat berpikir dengan jernih ketika berbicara di depan umum.				
14.	Saya tidak merasa cemas ketika berbicara di				

depan umum.

15. Jantung saya berdetak kencang ketika saya mulai mengucapkan kalimat pembuka saat berbicara di depan umum.

16. Saya mengalami kecemasan yang cukup kuat saat duduk di bangku sesaat sebelum berbicara di depan umum.

17. Beberapa bagian tubuh saya terasa tegang dan kaku saat berbicara di depan umum.

18. Saya bernapas lebih cepat menjelang dimulainya aktivitas berbicara di depan umum.

19. Ketika saya melakukan suatu kesalahan saya berbicara di depan umum, saya menjadi sulit berkonsentrasi pada materi selanjutnya.

20. Menjelang aktivitas berbicara di depan umum yang bermakna cukup penting, dalam diri saya muncul perasaan tidak berdaya.

21. Saya kesulitan untuk tidur pada malam sebelum saya berbicara di muka umum.

22. Jantung saya berdetak sangat kencang selama berbicara di depan umum.

23. Saya merasa cemas saat menunggu giliran berbicara di depan umum.

24. Saat berbicara di depan umum, saya menjadi sangat gugup sehingga lupa akan fakta-fakta yang sebenarnya saya ketahui.

**HARAP ANDA MEMERIKSA KEMBALI JAWABAN ANDA
AGAR TIDAK ADA NOMOR YANG TERLEWATKAN**

No.	Pernyataan	Jawaban			
1.	Saya memiliki tubuh yang sehat dan kuat.	1	2	3	4
2.	Saya adalah seorang yang menarik.	1	2	3	4
3.	Saya adalah orang sakit.	1	2	3	4
4.	Saya tidak terlalu gemuk dan tidak terlalu kurus.	1	2	3	4
5.	Saya tidak terlalu tinggi dan tidak terlalu rendah.	1	2	3	4
6.	Saya menyukai wajah saya apa adanya sekarang.	1	2	3	4
7.	Saya tidak sesehat seperti yang seharusnya.	1	2	3	4
8.	Saya ingin memperbaiki beberapa bagian tubuh saya.	1	2	3	4
9.	Saya orang yang mudah bertoleransi.	1	2	3	4
10.	Saya adalah seorang yang jujur.	1	2	3	4
11.	Saya berharap lebih dapat dipercaya.	1	2	3	4
12.	Saya seharusnya lebih rajin beribadah.	1	2	3	4
13.	Saya adalah seorang yang bahagia.	1	2	3	4
14.	Saya adalah orang yang tenang dan damai.	1	2	3	4
15.	Saya bukan siapa-siapa.	1	2	3	4
16.	Saya merasa puas dengan keadaan saya sekarang.	1	2	3	4
17.	Saya adalah seorang yang ramah.	1	2	3	4
18.	Saya bukanlah orang yang seperti harapan saya.	1	2	3	4
19.	Saya sering mengubah pendirian/prinsip saya.	1	2	3	4
20.	Saya mempunyai keluarga yang selalu membantu saya dalam keadaan sesulit apapun.	1	2	3	4
21.	Saya adalah orang yang penting bagi	1	2	3	4

	teman-teman dan keluarga saya.				
22.	Saya bahagia menjadi bagian dari keluarga saya.	1	2	3	4
23.	Saya tidak dicintai oleh keluarga saya.	1	2	3	4
24.	Saya mudah tersinggung terhadap hal-hal yang dikatakan keluarga saya.	1	2	3	4
25.	Saya membantu melakukan pekerjaan rumah.	1	2	3	4
26.	Saya sering bertengkar dengan keluarga saya.	1	2	3	4
27.	Saya populer di kalangan wanita fakultas saya.	1	2	3	4
28.	Saya populer di kalangan pria fakultas saya.	1	2	3	4
29.	Saya marah dan benci pada seluruh dunia.	1	2	3	4
30.	Saya sulit untuk berteman.	1	2	3	4
31.	Saya merasa puas dengan cara saya memperlakukan orang lain.	1	2	3	4
32.	Saya berusaha menyenangkan orang lain, tapi tidak berlebihan.	1	2	3	4
33.	Saya tidak memiliki kemampuan bersosialisasi dengan baik.	1	2	3	4
34.	Saya mencoba menghargai pendapat orang lain.	1	2	3	4
35.	Saya bergaul baik dengan orang lain.	1	2	3	4
36.	Saya tidak mudah memaafkan orang lain.	1	2	3	4
37.	Kadang-kadang saya bergosip.	1	2	3	4
38.	Saya lebih suka menang daripada kalah dalam suatu permainan.	1	2	3	4
39.	Kadang-kadang saya menunda sampai besok pekerjaan yang harus saya selesaikan.	1	2	3	4

UNIVERSITAS INDONESIA

Kampus Salemba, Jalan Salemba Raya 4, Jakarta 10430, Telp. (021) 31930355, Faks. (021) 31930343
Kampus Depok, Depok 16424, Telp. (021) 7867222, 78841818, Faks. (021) 7270017, 7863460, 7863447, 7863446, 78849060
Situs web : www.ui.edu E-mail : pusadmui@ui.edu

Nomor : 1240/H2.1/KM/2009
Lampiran : ---
Perihal : Izin Kegiatan

15 Mei 2009

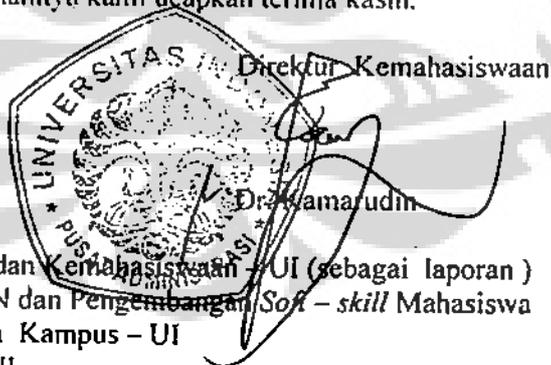
Kepada Yth : Dra. Junaiti Sahar, PhD
Wakil Dekan
Fakultas Ilmu Keperawatan
di
Kampus UI Depok

Menjawab surat Ibu Nomor : 1424/PT02.H5.FIK/I/2009 tanggal 24 April 2009 tentang permohonan izin kegiatan mengadakan Penelitian dalam rangka mata ajar Riset Keperawatan yang akan di selenggarakan pada bulan April s/d Mei 2009 di Lingkungan Kampus UI melalui surat ini pada prinsipnya kami dapat memberikan izin untuk mengadakan penelitian kepada Mahasiswa tersebut dibawah ini.

Nama	NPM	Fakultas
Christin Natalia	130500016Y	Ilmu Keperawatan
Indah Sahana	1305000535	Ilmu Keperawatan
Luli Hanna R. Panjaitan	1305000713	Ilmu Keperawatan
Mikha Chritina	130500705X	Ilmu Keperawatan
Renny Asdiati	1305000926	Ilmu Keperawatan
Siti Rachmawati	1305001086	Ilmu Keperawatan

Demikian kami sampaikan atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Direktur Kemahasiswaan
Dr. Wamarudin



Tembusan Yth :

1. Wakil Rektor Bidang Akademik dan Kemahasiswaan - UI (sebagai laporan)
2. Kasubdit Kegiatan Penalaran, K2N dan Pengembangan Soft - skill Mahasiswa
3. Kasubdit Pembinaan Lingkungan Kampus - UI
4. Manajer Kemahasiswaan FIK - UI
5. Arsip



UNIVERSITAS INDONESIA FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

Kampus UI Depok Telp. (021)78849120, 78849121 Faks. 7864124
Email : humasfik.ui.edu Web Site : www.fikui.ac.id

Nomor : 1424/PT02.H5.FIK/1/2009

24 April 2009

Lamp : -

Perihal : Permohonan Ijin Penelitian
M.A Riset

Kepada Yth.
Bagian Pendidikan & Mahalum-UI
Di
Depok

Dalam rangka mengimplementasikan mata ajar "Riset Keperawatan" bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan-Universitas Indonesia (FIK-UI) sebanyak 8 kelompok mahasiswa peneliti.

Adapun daftar nama peneliti/NPM, judul penelitian, responden dan jumlah responden terlampir.

Sehubungan dengan hal tersebut, bersama ini kami mohon dengan hormat kesediaan Saudara mengizinkan mahasiswa untuk melakukan pengumpulan data di Lingkungan Universitas Indonesia dengan responden seluruh mahasiswa Universitas Indonesia pada bulan April sampai dengan bulan Mei 2009.

Atas perhatian Saudara dan kerjasama yang baik, disampaikan terima kasih



Wakil Dekan

[Signature]
Dra. Junaiti Sahar., PhD
NIP. 140 099 515

Tembusan :

1. Dekan FIK-UI
2. Sekretaris FIK-UI
3. Manajer Dikmahalum FIK-UI
4. Koordinator M.A Riset Kep. FIK-UI
5. Pertinggal

Lampiran data mahasiswa FIK UI yang melakukan penelitian dengan responden mahasiswa di Universitas Indonesia:

NPM	Nama	Judul Riset	Responden	Jumlah
130500016Y	Christin Natalia	Hubungan Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Pengendara Motor tentang ISPA dengan Penggunaan Masker di Universitas Indonesia Tahun 2009.	Seluruh mahasiswa UI	81 mahasiswa
1305000535	Indah Sahara	Perilaku Merokok pada Mahasiswa Universitas Indonesia .	Seluruh mahasiswa UI	106 mahasiswa
1305000713	Luli Hanna R. Panjaitan	Hubungan Gangguan Oksigenasi dengan Motivasi Berhenti Merokok pada Mahasiswa Perokok Aktif.	Seluruh mahasiswa UI reguler 2005	106 mahasiswa
130500705X	Mikha Christina	Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2008 Universitas Indonesia.	Seluruh mahasiswa UI reguler 2008	80 mahasiswa
1305000926	Renny Asdiati	Hubungan Tingkat Pengetahuan Mahasiswa tentang Kesehatan Reproduksi terhadap Perilaku Seksual Pra Nikah pada Mahasiswa Universitas Indonesia Depok.	Seluruh mahasiswa UI	107 mahasiswa
1305001086	Siti Rachmawati	Hubungan Tipe Kepribadian dengan	Seluruh mahasiswa UI	67 mahasiswa

		Mekanisme Koping terhadap Stres Mahasiswa Universitas Indonesia.		
130500114Y	Velda RR Manik	Hubungan Pengetahuan Perokok Aktif Tentang Kawasan Bebas Rokok dengan Perilaku Merokok Pada Kawasan Bebas Rokok di Universitas Indonesia Depok.	Seluruh mahasiswa UI reguler 2005	74 mahasiswa
Total mahasiswa				621 mahasiswa

