

**HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DENGAN
KECEMASAN SISWA BERBICARA DI DEPAN
UMUM**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Persyaratan untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Strata Satu (S1) Bimbingan dan Konseling*

Dosen Pembimbing Akademik:
Prof. Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons.



Oleh
ABDUL RASID
NIM. 15006031

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2021**

PERSETUJUAN SKRIPSI

**HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DENGAN KECEMASAN SISWA
BERBICARA DI DEPAN UMUM**

Nama : Abdul Rasid
NIM/BP : 15006031/2015
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 29 Oktober 2021

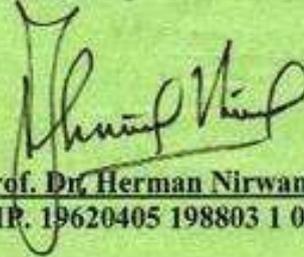
Disetujui Oleh:

Ketua Jurusan



Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.
NIP. 19610225 198602 1 001

Pembimbing



Prof. Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons.
NIP. 19620405 198803 1 001

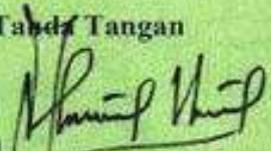
PENGESAHAN TIM PENGUJI

**Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang**

Judul : Hubungan *Self-Efficacy* dengan Kecemasan Siswa Berbicara di Depan Umum
Nama : Abdul Rasid
NIM/BP : 15006031/2015
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 29 Oktober 2021

Tim Penguji,

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Prof. Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons.	1. 
2. Anggota	: Drs. Taufik, M.Pd., Kons.	2. 
3. Anggota	: Ifdil, S.Hi, S.Pd, M.Pd, Ph.D., Kons.	3. 

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Abdul Rasid
NIM/BP : 15006031/2015
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Judul : Hubungan *Self-Efficacy* dengan Kecemasan Siswa Berbicara di Depan Umum

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 29 Oktober 2021

Saya yang menyatakan,



Abdul Rasid
NIM. 15006031

ABSTRAK

Abdul Rasid. 2021. “Hubungan *Self-Efficacy* dengan Kecemasan Siswa Berbicara di Depan Umum”. *Skripsi*. Padang: Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini dilatarbelakangi kemampuan siswa berbicara di depan umum memiliki peranan yang sangat penting. Namun pada kenyataannya masih banyak siswa yang cemas ketika berbicara di depan umum untuk menyampaikan pendapat, mengajukan pertanyaan dan jawaban, serta menyampaikan informasi kepada orang lain. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum adalah *self-efficacy*. Penelitian ini bertujuan adalah *pertama*, mendeskripsikan kecemasan siswa berbicara di depan umum. *Kedua*, mendeskripsikan *self-efficacy* siswa. *Ketiga*, menguji hubungan *self-efficacy* dengan kecemasan siswa berbicara di depan umum.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif korelasional menggunakan metode kuantitatif. Populasi pada penelitian ini sebanyak 836 orang siswa yang berada pada kelas X dan XI di SMKN 9 Padang yang terdaftar pada semester Januari-Juni tahun ajaran 2020/2021. Jumlah sampel dalam penelitian sebanyak 271 orang siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Stratified Random Sampling*. Instrumen penelitian ini adalah daftar isian “Kecemasan Siswa Berbicara di Depan Umum dan *Self-Efficacy* Siswa” dengan realibilitas 0,956 (Kecemasan Siswa Berbicara di Depan Umum) dan 0,908 (*Self-Efficacy* Siswa). Data dianalisis dengan teknik analisis deskriptif dan analisis korelasional, pengujian menggunakan rumus korelasional *Pearson Product Moment*.

Temuan penelitian ini mengungkapkan bahwa *pertama*, kecemasan siswa berbicara di depan umum berada pada kategori rendah. *Kedua*, *self-efficacy* siswa berada pada kategori tinggi. *Ketiga*, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dengan kecemasan siswa berbicara di depan umum dengan korelasi sebesar -0,252 dan taraf signifikansi 0,000.

Kata Kunci : *Self-Efficacy*, Kecemasan Berbicara di Depan Umum

KATA PENGANTAR



Allhamdulillahirrabbi'l'amin, segala puji dan syukur kepada Allah SWT, hanya dengan rahmat dan hidayah-Nya peneliti dapat melakukan penelitian dan menyelesaikan penulisan hasil penelitian yang berjudul “Hubungan *Self-efficacy* dengan Kecemasan Siswa Berbicara di Depan Umum”. Dalam melakukan penelitian ini, banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu ungkapan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya, peneliti sampaikan kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons., selaku Dosen Pembimbing Akademik dan Dosen Pembimbing Skripsi yang telah bersedia menjadi orang tua bagi peneliti dan telah meluangkan waktunya dalam membimbing, memberikan arahan, masukan dan ilmu yang begitu berarti, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Bapak Drs. Taufik, M.Pd., Kons dan Bapak Ifdil, S.HI, S.Pd, M.Pd, Ph.D., Kons., selaku dosen kontributor, penguji dan tim penimbang instrumen penelitian (*judgement*) yang senantiasa memberikan bimbingan, arahan, dan saran untuk perbaikan penulisan skripsi ini.
3. Ibu Indah Sukmawati, M.Pd., Kons. sebagai salah satu tim *judge* instrumen penelitian sebelum melaksanakan penelitian ke sekolah.
4. Bapak Prof. Dr. Firman, M.S., Kons., dan Bapak Dr. Afdal, M.Pd., Kons., selaku Ketua Jurusan dan Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP memberikan arahan serta motivasi dan dukungan kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Ramadi, selaku staf tata usaha Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah membantu dalam administrasi.
6. Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan berbagai ilmu pengetahuan sehingga sangat membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

7. Kepala Sekolah beserta Staf Tata Usaha dan Guru BK SMKN 9 Padang yang telah mengizinkan dan memberikan bantuan penelitian dalam melaksanakan penelitian.
8. Keluarga peneliti, ayah Zainuddin, umak Jasmiannur (almh), Zaiannur (kakak 1), Aspiannur (kakak 2), Fatimah Isa (adik) dan seluruh keluarga tercinta yang senantiasa memberikan motivasi, semangat dan bantuan secara moril, materil, serta do'a sehingga sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Keluarga BK Angkatan 2015 (BEKAKU 2015), para senior dan junior di jurusan BK FIP UNP yang senantiasa memberikan motivasi, semangat dan bantuan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Kelurga besar BEM KM UNP Kabinet KARSARASA 89 yang merupakan bagian perjuangan menegakkan keadilan untuk seluruh lapisan masyarakat, terima kasih rekan-rekan seperjuangan yang telah banyak memberikan motivasi dan semangatnya.
11. Keluarga besar FORSIS FIP UNP, LDK UKK UNP yang telah menjadi bagian terbentuknya jati diri dan mejadi bagian sejarah perjuangan dalam menyebarkan syiar-syiar islam khususnya bagi peneliti selama ini.
12. Ikhwan Wisma Tarbiyah yaitu Akhi Muslan, Robby, Ijek, Fahmi, Azim, Dayat, Aldy, Tiski, Thoriq, Syukri, Yuda, yang telah banyak mengajarkan arti persaudaraan walau memiliki kekurangan masing-masing dengan selalu setia membersamai agenda-agenda pembinaan di rumah cinta kita.
13. Ikhwan ADK 2015 UNP yang selalu hadir mengisi hari-hari sepi dan selalu mengajak kepada kebenaran, akan banyak kisah menjadi kenangan untuk kita semua, semoga Allah kumpulkan kita semua kembali di Jannatul Firdaus Allah Rabbul Izzati.

Padang, Oktober 2021

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	10
1. Pengertian Kecemasan Berbicara.....	10
2. Proses Terjadinya Kecemasan.....	12
3. Gejala dan Aspek-aspek Kecemasan	13
B. <i>Self-Efficacy</i>	15
1. Pengertian <i>Self-Efficacy</i>	15
2. Faktor-faktor <i>Self-Efficacy</i>	16
3. Dimensi <i>Self-Efficacy</i>	17
4. Proses <i>Self-Efficacy</i>	19
C. Hubungan <i>Self-Efficacy</i> dengan Kecemasan Siswa.....	21
D. Kerangka Konseptual.....	23
E. Hipotesis	24

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	25
B. Populasi dan Sampel	25
1. Populasi	25
2. Sampel.....	27
C. Jenis Data	29
D. Definisi Operasional	31
E. Instrumen Penelitian	30
F. Teknik Pengumpulan Data.....	34
G. Teknik Analisis Data	37

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	39
1. Gambaran Kecemasan Siswa Berbicara di Depan Umum... 39	
2. Gambaran <i>Self-Efficacy</i> Siswa	40
3. Hubungan <i>Self-Efficacy</i> dengan Kecemasan Siswa	41
B. Pembahasan Hasil Penelitian	42
1. Kecemasan Siswa Berbicara di Depan Umum SMKN 9	42
2. <i>Self-Efficacy</i> Siswa SMKN 9 Padang	45
3. Hubungan <i>Self-Efficacy</i> dengan Kecemasan Siswa	48
4. Implikasi dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling	50

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	54
B. Saran	54

DAFTAR RUJUKAN.....	56
----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	60
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Populasi Penelitian	26
Tabel 2. Jumlah Sampel Penelitian	29
Tabel 3. Skor Jawaban Penelitian Kecemasan Siswa Berbicara	31
Tabel 4. Skor Jawaban Penelitian <i>Self-Efficacy</i> Siswa	32
Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Variabel Kecemasan Siswa Berbicara	33
Tabel 6. Kisi-kisi Instrumen Variabel <i>Self-Efficacy</i> Siswa	34
Tabel 7. Kriteria Pengolahan Data Hasil Penilaian	37
Tabel 8. Pedoman Interpretasi Nilai Koefisien Korelasi (Nilai r)	38
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Kecemasan Siswa Berbicara di Depan Umum	39
Tabel 10. Distribusi Frekuensi <i>Self-Efficacy</i> Siswa	40

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Konseptual	23

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Rekapitulasi Hasil Judge Instrumen	61
Lampiran 2. Uji Coba Instrumen Penelitian	73
Lampiran 3. Tabulasi Data Skor Mentah Uji Coba Instrumen	87
Lampiran 4. Hasil Uji Validitas Instrumen dan Reliabilitas	90
Lampiran 5. Instrumen Penelitian	97
Lampiran 6. Tabulasi Pengolahan Data <i>Self-Efficacy</i> Siswa	111
Lampiran 7. Tabulasi Pengolahan Data Kecemasan Siswa Berbicara.....	131
Lampiran 8. Hasil Uji Korelasi <i>Self-Efficacy</i> dan Kecemasan Siswa	151
Lampiran 9. Surat Izin Penelitian dari Jurusan Bimbingan dan Konseling	153
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat	155
Lampiran 11. Surat Keterangan Izin Penelitian dari SMKN 9 Padang.....	157

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah salah satu wadah seseorang untuk mencapai cita-cita yang diinginkan. Pendidikan dapat mengembangkan potensi diri seseorang termasuk kemampuan berkomunikasi. Sekolah adalah sarana pendidikan formal yang penting bagi siswa karena selain untuk mengembangkan potensinya, siswa juga mendapat pengetahuan, keterampilan, kompetensi sosial, dan persiapan untuk kehidupan selanjutnya. Sebagai seorang siswa dituntut mampu berkomunikasi dengan baik. Kemampuan berkomunikasi menjadikan seseorang lebih baik dalam menyampaikan ide, membangun hubungan dengan orang lain, dan mempromosikan sesuatu. Bentuk kemampuan berkomunikasi yang biasa dilakukan siswa adalah berbicara di depan umum. Dalam hal berbicara di depan umum siswa diharapkan memiliki kemampuan dalam mengungkapkan pendapat, mengajukan pertanyaan dan jawaban, serta menyampaikan informasi dengan baik kepada orang lain.

Kenyataan yang ditemukan pada saat ini masih banyak siswa yang sulit berbicara di depan umum. Sebagaimana Saputri & Indrawati (2017) menyatakan sampai saat ini masih terdapat siswa yang kesulitan berbicara di depan umum untuk memaparkan ide, gagasan serta menyampaikan informasi kepada sekelompok orang atau khalayak ramai. Kesulitan yang dialami oleh siswa tersebut salah satunya memiliki rasa cemas. Selanjutnya Rahmawati & Nuryono (2014) menyatakan bahwa kecemasan berbicara di depan umum

sering di alami oleh siswa. Permasalahan ini terjadi karena ketidakmampuan siswa ketika berhadapan dengan individu lain di depan umum. Siswa merasa cemas ketika berada di depan umum karena takut di kritik, malu dan takut dinilai negatif oleh orang lain.

Nevid, Rathus, & Greene (2005:163) menyatakan “kecemasan adalah keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi, banyak hal yang membuat seseorang cemas misalnya kesehatan, relasi sosial, ujian karier dan relasi interpersonal”. Senada dengan itu, Ghufroon & Risnawita (2012:142) juga menyebutkan “kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan adanya emosi yang dialami oleh seseorang”. Tarigan (1990) menyatakan bahwa berbicara merupakan suatu kemampuan atau keterampilan dalam penyampaian pesan secara lisan. Selanjutnya dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2007) berbicara adalah beromong, bercakap, berbahasa, dan mengutarakan isi pikiran serta melisankan sesuatu yang dimaksudkan.

Kecemasan biasanya ditandai dengan gejala fisik seperti tangan berkeringat, jantung berdetak lebih cepat dan kaki gemetar (Nevid, Rathus, & Greene, 2005). Dengan demikian Philips (dalam Ririn, Asmidir, & Marjohan, 2013) menyatakan kecemasan berbicara di depan umum merupakan ketidakmampuan individu untuk mengembangkan percakapan dan penyampaian pesan secara sempurna. Ketidakmampuan menyampaikan pesan ditandai dengan adanya reaksi atau gejala pada psikologi yang akan

mempengaruhi fisik dan kognitif. Semua gejala tersebut saling timbal balik antara satu dengan yang lain. Senada dengan itu, Kholisin (2014) menyatakan kecemasan berbicara di depan umum adalah emosi yang tidak menyenangkan, adanya rasa takut ketika berbicara atau menyampaikan pendapat di depan umum baik secara individu maupun kelompok. Selanjutnya Mangampang (2017) menyatakan bahwa kecemasan berbicara di depan umum adalah suatu kondisi tidak menyenangkan yang menimbulkan perasaan takut, tegang, prihatin serta kekhawatiran hal buruk akan terjadi, sehingga individu menjadi tidak mampu dalam menyampaikan pesan secara sempurna dihadapan orang banyak. Maka dapat disimpulkan kecemasan berbicara di depan umum adalah kekhawatiran dan ketidakmampuan seseorang terlebih kepada siswa dalam menyampaikan ide, gagasan, informasi yang bertujuan kepada sekelompok orang dan khalayak ramai. Idealnya kecemasan yang dialami siswa itu rendah terutama kecemasan berbicara di depan umum. Sebagaimana Fauziah (dalam Mathofani & Wahyuni, 2012) menyatakan kecemasan ringan dapat mendorong meningkatnya performa dan tingkat kecemasan yang tinggi atau besar justru akan sangat mengganggu.

Permasalahan ini juga terungkap dari Penelitian Sugiarto (2017) tentang hubungan antara kestabilan emosi dengan kecemasan berbicara di depan umum menunjukkan kecemasan siswa SMK Penerbangan Lanud Iswahjudi Meospati dalam berbicara di depan umum tergolong pada kategori tinggi sebesar 62,4%. Selanjutnya penelitian Saputri & Indrawati (2017) tentang hubungan antara konsep diri dan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa Kelas XI SMA

Negeri 3 Sukoharjo dari total subjek 180 siswa ada sebanyak 107 siswa memiliki kecemasan berbicara di depan umum berada pada kategori tinggi yakni sebesar 59,4%.

Kemudian penelitian Aswida, Marjohan, & Syukur (2012) tentang efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi pada siswa (SMA N 7 Padang) diambil dari hasil *pre test* sebesar 76,76% siswa mengalami kecemasan dalam berkomunikasi pada kategori tinggi. Penelitian Safutra, Syahrinan, & Afriyati (2018) tentang pengaruh layanan penguasaan konten dengan teknik *modelling* untuk mengurangi kecemasan berbicara siswa di depan kelas di SMPN 13 kota Bengkulu berdasarkan hasil *pre test* dapat diketahui bahwa siswa yang mengalami tingkat kecemasan berbicara di depan kelas berada pada kategori sangat tinggi sebesar 75,6%.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum adalah *self-efficacy*. Nevid, Rathus, & Greene (2005) menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum adalah adanya rasa takut yang berlebihan, keyakinan yang irasional, sensitif terhadap ancaman secara berlebihan, sensitivitas kecemasan, dan *self-efficacy* yang rendah sehingga terjadi kecemasan. Bandura (dalam Ghufroon & Risnawita, 2012:75) menyatakan bahwa “*self-efficacy* pada dasarnya adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya”. Menurut Bandura (dalam Feist & Feist, 2010:212) “*self-efficacy* adalah keyakinan seseorang dalam

kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap fungsi orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan”. Ghufron & Risnawita (2012:77) menyatakan “*self-efficacy* adalah keyakinan seseorang mengenai kemampuan-kemampuannya dalam mengatasi beraneka ragam situasi yang muncul dalam hidupnya”. Safaria & Saputra (2012) juga menyatakan bahwa setiap individu yang satu dengan individu yang lain berbeda dalam menanggapi kecemasan yang dimiliki tergantung dari cara individu tersebut menilai dirinya.

Hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMKN 9 Padang pada tanggal 26 Februari 2020, ditemukan permasalahan terkait dengan kecemasan berbicara di depan umum. Hal ini ditunjukkan masih adanya siswa yang mengalami kecemasan berbicara di depan kelas maupun di muka umum saat disuruh maupun atas keinginan sendiri. Selain itu juga ada siswa yang mengalami kurang percaya diri saat tampil, takut salah dalam berkomunikasi, gugup dan cemas yang berlebihan, serta perilaku menghindar apalagi disuruh oleh guru berbicara di depan umum sehingga mengalami kecemasan berbicara yang membuat komunikasi mereka kurang efektif.

Peran bimbingan dan konseling sangat dibutuhkan untuk mengentaskan permasalahan kecemasan berbicara yang dialami oleh siswa. Menurut Prayitno (2012) pelayanan bimbingan dan konseling merupakan bantuan yang diberikan oleh guru BK kepada siswa baik secara perorangan, kelompok maupun klasikal yang bertujuan untuk menyelesaikan tugas perkembangan secara optimal. Kurniawan (2016) menyatakan BK pola-17 plus terdiri dari bidang pengembangan pribadi, bidang pengembangan hubungan sosial, bidang

pengembangan belajar, dan bidang pengembangan karir. Bidang pengembangan pribadi membantu siswa menemukan dan mengembangkan tingkah laku pribadi berkaitan dengan *self-efficacy*, bidang pengembangan hubungan sosial untuk mewujudkan pribadi siswa dalam berkomunikasi atau berbicara di depan umum, dan bidang pengembangan belajar untuk mewujudkan pribadi siswa yang produktif di depan umum. Penelitian ini dikaitkan dengan bidang pengembangan pribadi dan bidang pengembangan sosial. Alasan pemilihan SMKN 9 Padang yang terdiri dari jurusan akomodasi perhotelan, kuliner dan tata boga sebagai fokus penelitian karena siswa praktek magang dan bekerja dibagian pemasaran dan seluruh yang berkaitan dengan orang banyak, sehingga membuat peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan *self-efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum.

B. Identifikasi Masalah

Kecemasan berbicara di depan umum sudah menjadi masalah utama yang sering dialami siswa. Kecemasan berbicara di depan umum disebabkan oleh berbagai faktor. Nevid, Rathus, & Greene (2005) menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah adanya rasa takut yang berlebihan, keyakinan yang irasional, sensitif terhadap ancaman secara berlebihan, sensitivitas kecemasan dan *self-efficacy* yang rendah sehingga terjadi kecemasan. Davidson, Neale, & Kring (2010) berpendapat faktor-faktor penyebab timbulnya kecemasan disebabkan oleh *self-efficacy* yang rendah sehingga tidak dapat mengontrol berbagai stresor, dan pengalaman negatif pada

masa lalu seperti penyiksaan fisik atau seksual yang dapat meningkatkan resiko seseorang untuk mengalami berbagai gangguan. Bandura (dalam Safaria & Saputra, 2012) menyebutkan hal-hal yang berpengaruh dalam meredakan kecemasan antara lain *self-efficacy* yang merupakan perkiraan individu terhadap kemampuan mengatasi situasi, dan *outcome expectancy* merupakan perkiraan individu terhadap kemungkinan terjadi dari akibat-akibat tertentu yang berpengaruh dalam menekan kecemasan.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka batasan masalah dalam penelitian ini yaitu *self-efficacy* yang merupakan salah satu faktor kecemasan berbicara di depan umum. *Self-efficacy* jarang di teliti dikalangan siswa dan siswa tidak yakin dengan kemampuan yang dimilikinya sehingga peneliti tertarik untuk meneliti hubungan *self-efficacy* dengan kecemasan siswa berbicara di depan umum.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas, maka rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran kecemasan siswa berbicara di depan umum?
2. Bagaimana gambaran *self-efficacy* siswa?
3. Apakah terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan kecemasan siswa berbicara di depan umum?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk:

1. Mendeskripsikan kecemasan siswa berbicara di depan umum.
2. Mendeskripsikan *self-efficacy* siswa.
3. Menguji hubungan *self-efficacy* dengan kecemasan siswa berbicara di depan umum.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah ilmu, khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling terkait hubungan *self-efficacy* dengan kecemasan siswa berbicara di depan umum.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi kepala sekolah, dapat mengetahui hubungan *self-efficacy* dengan kecemasan siswa berbicara di depan umum. Hal ini dapat berguna untuk memberikan pembinaan kepada siswa dalam mengurangi tingkat kecemasan berbicara di depan umum.
- b. Bagi guru Bimbingan dan Konseling, sebagai bahan rujukan untuk membantu siswa dalam mengurangi kecemasan berbicara di depan umum.
- c. Bagi peneliti, dapat menambah pengetahuan dan wawasan dalam bidang penelitian ilmiah, khususnya mengenai *self-efficacy* dan kecemasan berbicara di depan umum.

- d. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan *self-efficacy* dan kecemasan berbicara di depan umum.