

**HUBUNGAN *SELF-CONFIDENCE* DENGAN KECEMASAN SISWA  
KETIKA BERTANYA DI DALAM KELAS**

**SKRIPSI**

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling  
sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**OLEH  
LONA PUTRI YUSIDA  
54191/2010**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2014**

**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

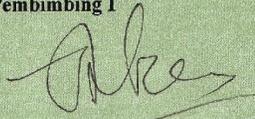
**HUBUNGAN *SELF-CONFIDENCE* DENGAN KECEMASAN SISWA KETIKA  
BERTANYA DI DALAM KELAS**

**NAMA** : LONA PUTRI YUSIDA  
**NIM/BP** : 54191/2010  
**JURUSAN** : BIMBINGAN DAN KONSELING  
**FAKULTAS** : ILMU PENDIDIKAN

Padang, November 2014

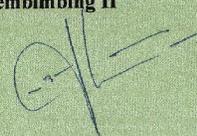
Disetujui Oleh:

**Pembimbing I**



**Drs. Indra Ibrahim, M.Si., Kons.**  
NIP. 19540603 198110 1 001

**Pembimbing II**



**Drs. Azrul Said, M.Pd. Kons**  
NIP. 19540925 198110 1 001

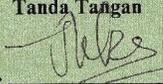
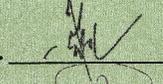
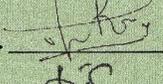
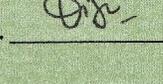
**PENGESAHAN**

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

**Judul** : Hubungan *Self-Confidence* dengan Kecemasan Siswa Ketika Bertanya di dalam Kelas  
**Nama** : Lona Putri Yusida  
**NIM** : 54191/2010  
**Jurusan** : Bimbingan dan Konseling  
**Fakultas** : Ilmu Pendidikan

**Padang, November 2014**

**Tim Penguji**

	<b>Nama</b>	<b>Tanda Tangan</b>
1. Ketua	: Drs. Indra Ibrahim, M.Si. Kons.	1. 
2. Sekretaris	: Drs. Azrul Said, M.Pd., Kons.	2. 
3. Anggota	: Dr. Riska Ahmad, M.Pd., Kons.	3. 
4. Anggota	: Dr. Yarmis Syukur, M.Pd., Kons.	4. 
5. Anggota	: Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd.	5. 

## **SURAT PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, November 2014

Yang menyatakan,

Lona Putri Yusida

## ABSTRAK

**Judul** : Hubungan *Self-Confidence* dengan Kecemasan Siswa Ketika Bertanya di Dalam Kelas  
**Peneliti** : Lona Putri Yusida (54191/2010)  
**Pembimbing** : 1. Drs. Indra Ibrahim, M.Si., Kons.  
2. Drs. Azrul Said, M.Pd., Kons.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kecemasan yang banyak dialami oleh siswa khususnya dalam bertanya yang salah satunya dipengaruhi oleh aspek psikologis yaitu *self-confidence*. Tujuan penelitian ini adalah (1) mendeskripsikan *self-confidence* siswa, (2) mendeskripsikan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas, dan (3) melihat hubungan *self-confidence* dengan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional. Populasi penelitian adalah siswa kelas VII dan IX SMP Negeri 13 Padang dengan jumlah 469 siswa dengan sampel 82 siswa yang dipilih dengan teknik *proportional stratified sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu angket. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan teknik persentase dan untuk melihat hubungan antara kedua variabel digunakan statistik parametrik yaitu *Pearson Correlation*.

Temuan penelitian adalah (1) *self-confidence* siswa berada pada kategori sedang dengan 36,6%, namun kecenderungannya berada pada kategori tinggi dengan 31,7, (2) kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas berada pada kategori sedang dengan 40,2%, namun kecenderungannya berada pada kategori rendah dengan 29,2%, dan (3) koefisien korelasi *self-confidence* dengan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas sebesar -0,521 dengan signifikansi 0,000. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa secara umum *self-confidence* siswa cenderung berada pada kategori tinggi, kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas cenderung berada pada kategori rendah, dan terdapat hubungan yang negatif signifikan antara *self-confidence* dan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas. Implikasi hasil penelitian bagi bimbingan dan konseling adalah sebagai dasar penyusunan program guna mengatasi dan menanggulangi kecemasan siswa ketika bertanya. Kemudian disarankan juga kepada guru BK untuk meningkatkan *self-confidence* dan mengurangi kecemasan siswa ketika bertanya dengan mengoptimalkan pelaksanaan kegiatan layanan BK. Serta kepada guru mata pelajaran untuk dapat memperhatikan, membimbing, mengarahkan dan membina siswa dalam kegiatan belajar sehingga siswa mampu untuk bertanya di dalam kelas.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan *Self-Confidence* dengan Kecemasan Siswa Ketika Bertanya di Dalam Kelas”. Tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana pendidikan strata satu (S1) pada jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Dalam melaksanakan dan penyelesaian skripsi, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati peneliti sampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada:

1. Bapak Dr. Daharnis, M.Pd., Kons selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Erlamsyah, M.Pd., Kons selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Drs. Indra Ibrahim, M.Si., Kons. selaku Pembimbing I sekaligus Pembimbing Akademik yang senantiasa meluangkan waktu, memberikan bimbingan, arahan, ilmu, gagasan, dan semangat dengan penuh kesabaran kepada peneliti untuk kesempurnaan penulisan skripsi.
4. Bapak Drs. Azrul Said, M.Pd., Kons. selaku Pembimbing II yang senantiasa meluangkan waktu, memberikan bimbingan, arahan, ilmu, gagasan, dan semangat dengan penuh kesabaran kepada peneliti untuk kesempurnaan penulisan skripsi.
5. Ibu Dr. Riska Ahmad, M.Pd., Kons., Ibu Dr. Yarmis Syukur, M.Pd., Kons., Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd. selaku penguji sekaligus Penimbang Instrumen (*Judge*) yang memberikan motivasi, masukan, dan saran untuk perbaikan dan kesempurnaan penulisan skripsi.
6. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling UNP yang telah memberikan berbagai ilmu pengetahuan yang sangat membantu dalam penyelesaian skripsi.

7. Kepala Sekolah, Koordinator BK, Guru BK, Karyawan, dan Siswa SMP N 13 Padang yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk memperoleh sejumlah informasi penting dalam penyelesaian skripsi.
8. Ibu Zuraida dan Ayah Yusril R. beserta seluruh anggota keluarga tercinta yang senantiasa dengan penuh kesabaran memberikan motivasi, semangat, dan bantuan lainnya baik secara moril maupun materil untuk penyelesaian skripsi.
9. Rekan-rekan mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling, khususnya angkatan 2010 yang senantiasa memberikan motivasi dan masukan berharga demi penyelesaian skripsi.

Semoga Allah SWT memberikan imbalan yang setimpal untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti berupa pahala dan kemuliaan di sisinya. Peneliti menyadari bahwa penulisan ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh sebab itu, dengan kerendahan hati peneliti mengharapkan kritikan dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan untuk penulisan di masa yang akan datang. Peneliti sangat berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kemajuan dan perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya pada bidang Bimbingan dan Konseling. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Padang, September 2014

Peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Pertanyaan Penelitian .....	6
G. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
A. <i>Self-confidence</i>	
1. Pengertian <i>self-confidence</i> .....	9
2. Aspek-aspek <i>self-confidence</i> .....	10
3. Ciri-ciri <i>self-confidence</i> .....	13
4. Peran Guru BK dalam Meningkatkan <i>Self-Confidence</i> Siswa .....	15
B. Kecemasan Siswa Ketika Bertanya	
1. Pengertian kecemasan siswa ketika bertanya .....	18
2. Ciri-ciri kecemasan siswa ketika bertanya.....	20
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan siswa ketika bertanya .....	23

C. Hubungan antara <i>Self-confidence</i> dan Kecemasan Siswa	
Ketika Bertanya di Dalam Kelas .....	29
D. Kerangka Konseptual .....	31
E. Hipotesis.....	32

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	33
B. Populasi dan Sampel.....	33
C. Jenis dan Sumber Data .....	37
D. Definisi Operasional.....	38
E. Instrumen Penelitian .....	39
F. Prosedur pelaksanaan penelitian .....	41
G. Teknik Analisis Data .....	46

### **BAB IV HASIL PENELITIAN**

A. Deskripsi hasil penelitian .....	49
B. Pembahasan .....	67

### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	75
B. Saran .....	75

<b>KEPUSTAKAAN</b> .....	77
--------------------------	----

<b>LAMPIRAN</b> .....	80
-----------------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian .....	34
2. Distribusi Sampel Penelitian.....	37
3. Skor Pernyataan Penelitian Variabel <i>Self-Confidence</i> (X) .....	40
4. Skor Pernyataan Penelitian Variabel Kecemasan Siswa Ketika Bertanya di Dalam Kelas (Y) .....	41
5. Rancangan Kisi-Kisi Instrument <i>Self-Confidence</i> .....	42
6. Rancangan Kisi-Kisi Instrument Kecemasan Siswa Ketika Bertanya di Dalam Kelas .....	43
7. Kriteria Pengolahan Data Deskriptif Hasil Penelitian.....	47
8. Nilai Korelasi Variabel Penelitian.....	48
9. Mean, Standar Deviasi (SD), Skor Tertinggi (ST) dan Skor Terendah (SR) <i>Self-Confidence</i> pada Siswa di SMP N 13 Padang .....	50
10. <i>Self-Confidence</i> Siswa di SMP N 13 Padang .....	50
11. Keyakinan Kemampuan Diri .....	52
12. Optimis.....	53
13. Objektif .....	54
14. Bertanggung Jawab .....	56
15. Rasional dan Realistis.....	57
16. Mean, Standar Deviasi (SD), Skor Tertinggi (ST) dan Skor Terendah (SR) Kecemasan Siswa Ketika Bertanya di Dalam Kelas di SMP N 13 Padang ...	59
17. Kecemasan Siswa Ketika Bertanya di Dalam Kelas di SMP N 13 Padang ...	60
18. Ciri Fisik .....	62
19. Ciri Behavioral .....	63
20. Ciri Kognitif.....	65
21. Korelasi <i>Self-Confidence</i> (X) dengan Kecemasan Siswa Ketika Bertanya di Dalam Kelas (Y).....	66

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual Hubungan <i>Self-Confidence</i> dengan Kecemasan Siswa ketika Bertanya.....	31
2. Histogram <i>Self-Confidence</i> Secara Keseluruhan .....	51
3. Histogram <i>Self-Confidence</i> untuk Kategori Keyakinan Kemampuan Diri.....	52
4. Histogram <i>Self-Confidence</i> untuk Kategori Optimis .....	54
5. Histogram <i>Self-Confidence</i> untuk Kategori Objektif.....	55
6. Histogram <i>Self-Confidence</i> untuk Kategori Bertanggung Jawab .....	57
7. Histogram <i>Self-Confidence</i> untuk Kategori Rasional dan Realistis.....	58
8. Histogram Kecemasan Siswa Ketika Bertanya Secara Keseluruhan .....	61
9. Histogram Kecemasan Siswa Ketika Bertanya untuk Kategori Fisik.....	62
10. Histogram Kecemasan Siswa Ketika Bertanya untuk Kategori Behavioral .....	64
11. Histogram Kecemasan Siswa Ketika Bertanya untuk Kategori Kognitif.....	65

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Instrument Penelitian .....	80
2. Hasil Pengolahan SPSS Uji Coba Validitas Dan Reliabelitas Instrument Penelitian.....	91
3. Tabulasi Data Hasil Penelitian.....	95
4. Hasil Pengolahan Data .....	104
5. Surat-Surat .....	115

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pada hakikatnya manusia merupakan makhluk sosial. dimana dalam kehidupan sehari-hari manusia tidak bisa hidup tanpa bantuan orang lain untuk memenuhi kebutuhannya. Salah satu cara untuk memenuhi kebutuhan tersebut adalah dengan cara berinteraksi dengan orang lain. Berinteraksi dengan orang lain tidak terlepas dari kegiatan berkomunikasi. Komunikasi merupakan pengiriman dan penerimaan pesan atau berita antara dua orang atau lebih sehingga pesan yang dimaksudkan dapat dipahami.

Komunikasi mempunyai peranan yang penting dalam pendidikan. Di sekolah selain guru, siswa juga dituntut untuk aktif dalam kegiatan proses belajar mengajar. Salah satu cara yang dapat dilakukan siswa untuk aktif dalam kegiatan pembelajaran adalah dengan berkomunikasi. Dimana melalui komunikasi, baik guru dan siswa maupun sesama siswa dapat saling memberi dan menerima informasi atau ilmu pengetahuan. Dengan berjalannya komunikasi yang baik antara guru dan siswa atau antara siswa dengan siswa maka akan berpengaruh terhadap kelancaran dalam proses belajar mengajar. Adapun bentuk komunikasi yang sering dilakukan siswa di dalam kelas adalah bertanya kepada guru atau menjawab pertanyaan guru atau teman.

Dengan bertanya kecerdasan berpikir pada siswa akan terlatih. Siswa akan berpikir dan mengolah pelajaran yang diterima dari guru, siswa akan bertanya mengenai pelajaran yang belum dipahaminya, ia bisa bertanya

dengan pertanyaan yang mengandung masalah dan ia juga bisa bertanya apa saja, mengenai pelajaran yang telah diterimanya. Dengan bertanya ia terlatih untuk berpikir, terlatih untuk mengembangkan informasi dan pengetahuan yang didapatnya, dan dengan kebiasaan bertanya akan melatih kepribadiannya agar selalu berani dan percaya diri.

Keberanian bertanya sangat diharapkan dalam belajar, dengan bertanya akan membawa kesuksesan pada seseorang sesuai dengan pendapat Larry King & Bill Gilbert (2005: 27) mengemukakan: “Ingat, mengajukan pertanyaan adalah rahasia keberhasilan percakapan. Saya sangat ingin tahu tentang segala hal, dan mengajukan pertanyaan favorit saya: mengapa? Dan merupakan cara paling pasti untuk membuat percakapan menjadi hidup dan menarik”.

Namun pada kenyataannya tidak semua siswa mampu bertanya dengan lancar dan baik. Di dalam kelas terdapat siswa yang berani bertanya atau menjawab di dalam kelas, dan terdapat juga siswa yang tidak berani bertanya atau menjawab di dalam kelas. Ada beberapa hambatan yang dialami siswa dalam bertanya atau menjawab, salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan itu bermula dari rasa takut. Menurut Nevid (2003: 163) “kecemasan (*anxiety*) adalah suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluh bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi”.

Citra yang buruk dan menakutkan ketika bertanya di dalam kelas yang membuat siswa terkadang cemas untuk bertanya. Misalnya siswa takut ditertawakan oleh teman-temannya ketika bertanya, takut salah, takut

dimarahi, takut dianggap bodoh, dan masih banyak lainnya. Kecemasan siswa dalam bertanya dapat dilihat pada saat bertanya badannya gemetar, berbicaranya terbata-bata, berkeringat dingin, rasa panik, sering kali mengulang kalimat, dan lain-lain.

Sebuah penelitian di Amerika oleh Hunt, Scott, & McCroskey (1978) (dalam Jalaluddin Rakhmat, 2005: 109) menunjukkan bahwa 10-20% mahasiswa Amerika Serikat menderita *communication apprehension*, yaitu suatu kondisi dimana seseorang merasa cemas untuk melakukan komunikasi dalam berbagai situasi komunikasi, baik formal maupun informal, individual maupun kelompok. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Apollo (dalam Margaret Lea Oktavia, 2010: 2) menunjukkan bahwa kecemasan komunikasi lisan pada remaja kelas II SMF Bina Farma Kota Madiun cenderung berada pada kategori tinggi yaitu 65%. Hal ini berarti banyak remaja yang mengalami rasa cemas ketika melakukan komunikasi secara lisan.

Banyak faktor yang menyebabkan individu mengalami kecemasan saat bertanya atau menjawab. Salah satu faktor yang menyebabkan individu itu cemas saat bertanya atau menjawab di dalam kelas adalah rasa kepercayaan diri (*self-confidence*). Lauster (2012: 12-14) mengatakan bahwa *Self-confidence* (kepercayaan diri) merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan yang dimiliki sehingga individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam setiap tindakan, dapat bebas melakukan hal-hal yang disukai dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain.

Orang yang kurang percaya diri akan cenderung sedapat mungkin menghindari situasi komunikasi. Dimana individu itu takut atau khawatir terhadap penolakan dari orang lain misalnya ketika bertanya, ia takut ditertawakan oleh teman-teman atau disalahkan oleh guru, sulit menerima kekurangan diri dan memandang rendah kemampuan sendiri, pesimis, gugup dan terkadang bicara gagap. Sehingga saat proses belajar mengajar ia lebih banyak diam, dan jika bertanya ia menjadi berkeringat dingin dan berbicara dengan terbata-bata. Sedangkan orang yang percaya diri akan percaya pada kemampuan diri sendiri, memiliki rasa optimis atau berpikir positif terhadap diri sendiri, serta berani mengemukakan pertanyaan ataupun pendapat.

Berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan selama mengikuti kegiatan praktek lapangan bimbingan dan konseling Februari-Juni tahun 2013 di SMP N 13 Padang, terlihat bahwa siswa lebih banyak pasif selama proses belajar mengajar, jika ada pertanyaan atau jawaban teman yang salah, maka teman yang lain menertawakannya. Apabila disuruh menjawab pertanyaan, siswa terlihat gelisah, dan terbata-bata dalam menjawab pertanyaan. Jika tidak paham dengan pelajaran siswa lebih sering diam. Selain itu, ketika guru meminta siswa untuk memberikan *feedback* dari materi yang di jelaskan terkadang ada siswa yang berbicara pelan-pelan saja, atau hanya berbicara kepada temannya saja, serta siswa terlihat ragu-ragu untuk mengangkat tangan ketika ingin bertanya, sehingga siswa terlihat kurang percaya diri dalam mengemukakan pertanyaan.

Melalui wawancara dengan 5 orang siswa pada tanggal 19 Maret 2014 juga diketahui bahwa terdapat siswa yang merasa gugup, takut, cemas ketika akan bertanya pada guru, ada juga siswa yang takut dimarahi oleh guru mata pelajaran, serta siswa merasa takut ditertawakan oleh teman-temannya jika pertanyaannya salah. Selain itu ada juga siswa yang memilih-milih guru ketika bertanya, jika gurunya pemarah maka dia tidak bertanya, sebaliknya jika gurunya baik maka dia akan bertanya.

Berdasarkan hal di atas maka penulis tertarik untuk melihat, mengungkapkan, dan membahas permasalahan *self-confidence* dan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas dengan judul **“Hubungan antara *Self-Confidence* dengan Kecemasan Siswa ketika Bertanya di dalam Kelas”**.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka berbagai masalah yang dapat diidentifikasi, yaitu:

1. Adanya siswa yang takut bertanya kepada guru
2. Sebagian siswa jarang bertanya di dalam kelas meskipun tidak paham dengan pelajaran
3. Sebagian siswa yang terlihat mengalami kecemasan saat bertanya seperti berkeringat, terbata-bata saat menyampaikan pertanyaan,
4. Sebagian siswa yang pasif saat pembelajaran sedang berlangsung
5. Masih adanya siswa yang malu saat menyampaikan pertanyaannya
6. Sebagian siswa memiliki rasa kurang percaya diri saat menyampaikan pertanyaannya.

### **C. Batasan Masalah**

Untuk membatasi lingkup permasalahan dalam penelitian ini, batasan masalah dalam penelitian ini terbagi atas:

1. *Self-Confidence* siswa
2. Kecemasan siswa ketika bertanya
3. Hubungan antara *self-confidence* dan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah tersebut, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut: Apakah terdapat hubungan antara *self-confidence* dan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas?

### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah

1. Untuk mendeskripsikan *self-confidence* siswa
2. Untuk mendeskripsikan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas
3. Untuk melihat hubungan antara *self-confidence* dan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas.

### **F. Pertanyaan Penelitian**

Sesuai dengan permasalahan yang dikemukakan dalam batasan dan rumusan masalah, pertanyaan yang akan dijawab dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana *self-confidence* siswa?
2. Bagaimana kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas?

3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *self-confidence* dan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas?

## **G. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini mempunyai beberapa manfaat, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan terhadap dunia pendidikan untuk dapat meningkatkan *self-confidence* (kepercayaan diri) yang dimiliki siswa dan mengurangi kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Siswa

Sebagai referensi bagi siswa untuk dapat mengetahui pentingnya *self-confidence* (kepercayaan diri) dalam berkomunikasi atau bertanya untuk menunjang kelancaran proses belajar mengajar di dalam kelas.

- b. Bagi Guru BK

Sebagai bahan masukan bagi guru BK dalam memberikan pelayanan bimbingan dan konseling, serta upaya membantu siswa dalam meningkatkan rasa kepercayaan diri untuk mengurangi kecemasan siswa saat bertanya di dalam kelas dalam bentuk layanan penguasaan konten, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok.

c. Bagi Peneliti

Sebagai acuan, tambahan pengetahuan, wawasan mengenai *self-confidence* dan kecemasan siswa ketika bertanya. Serta sebagai salah satu syarat dalam meraih gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Bimbingan dan Konseling.

## **BAB II KAJIAN TEORI**

### **A. *Self-Confidence***

#### **1) Pengertian *Self-Confidence***

*Self-confidence* atau sering juga disebut dengan kepercayaan diri. Kepercayaan diri bukan merupakan sifat bawaan pada seseorang. Namun rasa percaya diri dapat terbentuk dan berkembang melalui proses belajar secara individual maupun sosial. Menurut Lauster (2012: 2) “Sifat kepribadian seperti *self-confidence* bukanlah bawaan melainkan diperoleh dari pengalaman hidup”. Lebih lanjut Lauster (2012: 12-14) *Self-confidence* (kepercayaan diri) merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan yang dimiliki sehingga individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam setiap tindakan, dapat bebas melakukan hal-hal yang disukai dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain.

Kepercayaan diri berawal dari tekad atau keyakinan seseorang untuk melakukan segala hal yang diinginkan di dalam hidupnya. Hal ini sesuai dengan pendapat Thursan Hakim (2004: 6) yang menyatakan kepercayaan diri sebagai suatu keyakinan seseorang akan kelebihan yang dimilikinya, dimana dengan keyakinan tersebut membuat individu itu merasa mampu untuk mencapai berbagai macam tujuan di dalam hidupnya. Lebih lanjut kepercayaan diri merupakan sikap positif yang dimiliki seseorang individu, dengan sikap itu membuat individu mampu mengembangkan penilaian

yang positif terhadap dirinya maupun orang lain serta lingkungan/ situasi yang dihadapi. (Enung Fatimah, 2006: 149).

Dengan kepercayaan diri yang dimiliki seseorang akan memberikan kekuatan bagi individu untuk menentukan langkah dalam menyelesaikan masalah. Dimana menurut Willis (dalam M. Nur Gufron & Rina Risnawita S, 2011: 34) “Kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain”.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah suatu sikap yang dimiliki individu dimana individu tersebut yakin terhadap kemampuan diri sendiri, optimis, sehingga mampu menghadapi situasi dengan sebaik mungkin.

## **2) Aspek-Aspek *Self-Confidence***

Individu yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi akan terlihat lebih tenang, tidak memiliki rasa takut, dan mampu memperlihatkan kepercayaan dirinya setiap saat. Sedangkan bagi mereka yang tidak percaya diri, setiap kegagalan mempertegas rasa tidak mampu mereka. Tidak adanya percaya diri dapat mewujudkan dalam bentuk rasa putus asa, rasa tidak berdaya, dan meningkatnya keraguan kepada diri sendiri. Selain itu, percaya diri yang berlebihan dapat membuat orang tampak sombong, terutama bila ia tidak mempunyai keterampilan sosial.

Aspek-aspek kepercayaan diri menurut Lauster (dalam M. Nur Gufron & Rina Risnawita S, 2011: 35) adalah sebagai berikut:

a. Keyakinan kemampuan diri

Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya. Ia mampu secara sungguh-sungguh akan yang dilakukannya. Keyakinan seseorang akan kemampuannya mampu membuat individu itu berbuat atau melakukan sesuatu tindakan dengan percaya diri, tidak mudah terpengaruh dengan orang lain.

Keyakinan akan kemampuan diri sendiri akan membantu siswa untuk menentukan apa yang akan dilakukannya. Serta keyakinan yang kuat tentang kemampuan seseorang sangat menentukan usahanya di dalam menghadapi situasi yang kabur, penuh tekanan dan tidak terduga

b. Optimis

Optimis adalah sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya. Sejalan dengan itu menurut Pradipta Sarastika (2014: 98) Optimis merupakan sikap selalu mempunyai harapan baik dalam segala hal serta kecenderungan untuk mengharapkan hasil yang menyenangkan.

Individu yang optimis mampu menghasilkan sesuatu yang lebih baik dari yang telah lalu, tidak takut pada kegagalan, dan berusaha untuk tetap bangkit mencoba kembali bila gagal. Karena menurut M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita S, (2011: 97) optimisme mendorong individu untuk selalu berpikir bahwa sesuatu yang terjadi adalah hal

yang terbaik bagi dirinya. Sedangkan siswa yang pesimis enggan, penuh keraguan dan tak dapat menggunakan kemampuannya dengan berani dan bebas sehingga menyebabkan siswa tidak berani bertanya di dalam kelas.

c. Objektif

Orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri. Sehingga ketika ia akan melakukan sebuah komunikasi atau bertanya di dalam kelas maka ia akan menyampaikan segala sesuatu sesuai dengan kebenaran dan fakta.

d. Bertanggung jawab

Bertanggung jawab adalah kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuennya. Individu yang memiliki kepercayaan diri adalah individu yang berani menghadapi resiko dan bertanggung jawab atas kemungkinan mengalami kegagalan dari tindakan yang telah dilakukan (Sobur dalam Elisabeth Lasmira Utami, 2010: 27).

e. Rasional dan realistis

Rasional dan realistis adalah analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan. Menurut George dan Cristian kepercayaan pada diri sendiri adalah kemampuan berfikir rasional (*Rational belief*) berupa keyakinan-keyakinan, ide-

ide dan proses berfikir yang tidak mengandung unsur keharusan yang menuntut individu sehingga menghambat proses perkembangan dan ketika menghadapi problem atau persoalan mampu berfikir, menilai, menimbang, menganalisa, memutuskan dan melakukan.

Menurut Pradipta Sarastika (2014: 49) orang yang percaya diri yakin atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan mereka tidak terwujud, mereka tetap berpikiran positif dan menerimanya.

### 3) Ciri-Ciri *Self-Confidence*

Enung Fatimah (2006: 149) mengemukakan karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri yang proporsional, diantaranya: 1) percaya akan kemampuan diri sendiri, 2) tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformitas demi diterima oleh kelompok atau orang lain, 3) berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain atau berani menjadi diri sendiri, 4) punya pengendalian diri yang baik, 5) memiliki *internal locus of control*, 6) mempunyai cara pandang yang positif terhadap orang lain, diri sendiri, dan situasi di luar dirinya, dan 7) memiliki harapan-harapan yang realistis. Sedangkan menurut Goleman (2001: 109)

Orang yang memiliki rasa percaya diri umumnya memandang diri sendiri sebagai orang yang produktif, mampu menghadapi tantangan dan mudah menguasai pekerjaan atau keterampilan baru. Mereka mempercayai diri sendiri sebagai katalisator, penggerak, dan pelopor, serta merasa bahwa kemampuan-kemampuan mereka lebih unggul dibanding kebanyakan orang lain.

Ciri-ciri orang yang mempunyai rasa percaya diri yang tinggi menurut

Thursan Hakim (2004: 5), yaitu:

- a) Selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu.
- b) Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.
- c) Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi.
- d) Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi.
- e) Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya.
- f) Memiliki kecerdasan yang cukup.
- g) Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup
- h) Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupan, misalnya keterampilan berbahasa asing.
- i) Memiliki kemampuan bersosialisasi.
- j) Memiliki latar belakang pendidikan keluarga yang baik.
- k) Memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan di dalam menghadapi berbagai cobaan hidup.
- l) Selalu bereaksi positif di dalam menghadapi berbagai masalah, misalnya dengan tetap tegar, sabar, dan tabah dalam menghadapi persoalan hidup.

Dengan kepercayaan diri yang dimiliki seseorang akan membawa kekuatan dalam menentukan langkah khususnya dalam mengatasi masalah yang dihadapi. Tanpa percaya diri seseorang tidak mungkin bisa mengambil keputusan melainkan akan ragu dengan apa yang akan dikerjakan. Adapun ciri-ciri orang yang tidak percaya diri (dalam Thursan Hakim, 2004: 8-9) adalah sebagai berikut:

- a. Mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu.
- b. Memiliki kelemahan atau kekurangan dari segi mental, fisik, sosial, atau ekonomi.
- c. Sulit menetralisasi timbulnya ketegangan di dalam suatu situasi.
- d. Gugup dan terkadang bicara gagap.

- e. Memiliki latar belakang pendidikan keluarga kurang baik.
- f. Memiliki perkembangan yang kurang baik sejak masa kecil.
- g. Kurang memiliki kelebihan pada bidang tertentu dan tidak tahu bagaimana cara mengembangkan diri untuk memiliki kelebihan tertentu.
- h. Sering menyendiri dari kelompok yang dianggapnya lebih dari dirinya.
- i. Mudah putus asa.
- j. Cenderung tergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah.
- k. Pernah mengalami trauma.
- l. Sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah, misalnya dengan menghindari tanggung jawab atau mengisolasi diri.

Dari beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri orang yang percaya diri adalah percaya akan kemampuan diri sendiri, memiliki sikap yang tenang dalam mengerjakan sesuatu, bertanggung jawab, berpikiran positif, memiliki kemampuan bersosialisasi yang baik dan memiliki harapan-harapan yang realistis. Sedangkan ciri-ciri orang yang tidak percaya diri adalah mudah putus asa, mudah cemas, gugup dan terkadang bicara gagap, sering menyendiri, tidak berani bertanya, cenderung tergantung pada orang lain.

#### **4) Peran Guru BK Dalam Meningkatkan *Self-Confidence* Siswa**

Berkaitan dengan ciri-ciri orang yang tidak percaya diri, Thursan Hakim (2004: 136-147) menjelaskan bahwa cara membangun kepercayaan diri melalui pendidikan antara lain dengan memupuk keberanian untuk bertanya, melatih diskusi dan berdebat, dan memperluas pergaulan yang sehat. Cara-cara ini dapat dimunculkan melalui kegiatan kelompok dan jika

kondisi ini sering diciptakan maka siswa akan dapat membangun rasa percaya diri.

Selain itu hal yang dapat dilakukan untuk membangun kepercayaan diri siswa di sekolah adalah melalui guru BK. Karena sebagai salah seorang pendidik, guru BK memiliki kewajiban untuk membantu siswa mengembangkan potensi yang mereka miliki, dan membantu mengentaskan permasalahan yang mereka hadapi, dengan layanan bimbingan dan konseling yang tersedia. Layanan yang dapat diberikan oleh guru BK untuk membantu siswa meningkatkan *self-confidence* atau rasa percaya dirinya diantaranya adalah:

1. Layanan bimbingan kelompok

Salah satu kemampuan yang perlu dimiliki oleh seorang konselor di sekolah adalah kemampuan untuk memberikan pelayanan bimbingan kelompok yang dapat menunjang keberhasilan siswa dalam belajar, karena bimbingan kelompok dapat meningkatkan atau melatih siswa untuk percaya diri. Ini dapat terwujud jika layanan bimbingan kelompok dilaksanakan secara teratur dan terprogram.

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan Bimbingan dan Konseling yang ditujukan kepada beberapa orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memperoleh berbagai macam informasi dan pemahaman baru dari topik yang dibahas.

## 2. Layanan konseling kelompok

Wadah untuk meningkatkan keberanian siswa untuk bertanya perlu adanya peran serta konselor dalam melaksanakan layanan BK di sekolah, salah satu diantaranya layanan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok merupakan salah satu jenis layanan Bimbingan dan Konseling yang ditujukan kepada beberapa orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memperoleh berbagai macam informasi dan pemahaman dan informasi baru, serta terentaskannya permasalahan masing-masing anggota kelompok. Tujuan dari pemberian layanan konseling kelompok ini dalam Prayitno (1995: 178) adalah agar siswa mampu berbicara di muka orang banyak, mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan, dan lain sebagainya kepada orang banyak. Maka dari itu dengan pemberian layanan konseling kelompok dapat melatih siswa untuk percaya diri berbicara di muka orang banyak.

## 3. Layanan informasi

Dalam menjalani kehidupan dan perkembangannya, individu membutuhkan berbagai informasi baik untuk keperluan kehidupannya sehari-hari sekarang maupun untuk perencanaan kehidupannya di masa depan. Menurut Prayitno (2004) layanan informasi berusaha memenuhi kekurangan individu akan informasi yang mereka butuhkan. Dalam layanan informasi individu diberikan informasi dan pemahaman baru yang nantinya dapat digunakan untuk kepentingan

hidup dan perkembangannya. Misalnya informasi mengenai meningkatkan percaya diri.

#### 4. Layanan konseling individual

Menurut Dewa Ketut Sukardi & Nila Kusmawati (2008: 62) konseling individual/perorangan adalah pelayanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik (klien/konseli) mendapatkan pelayanan langsung tatap muka (secara perorangan) dengan guru BK/Konselor dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi yang dideritanya.

#### 5. Layanan penguasaan konten

Layanan penguasaan konten adalah layanan bantuan kepada individu (sendiri-sendiri ataupun dalam kelompok) untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar. Kemampuan ataupun kompetensi yang dipelajari itu merupakan satu unit konten yang di dalamnya terkandung fakta dan data, konsep, proses dan lain sebagainya sehingga melalui konten tersebut individu dapat memenuhi dan mengatasi kesulitan yang dialaminya.

## **B. Kecemasan Siswa Ketika Bertanya**

### **1. Pengertian Kecemasan Siswa Ketika Bertanya**

Nietzal berpendapat bahwa kecemasan berasal dari bahasa latin (*anxius*) dan dari bahasa Jerman (*anst*), yaitu suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif dan rangsangan fisiologi. Menurut Nevid (2003: 163) “kecemasan (*anxiety*) adalah suatu keadaan apprehensi

atau keadaan khawatir yang mengeluh bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi”. Sedangkan Rogers (dalam Feist & Feist, 2010: 14) mendefinisikan “kecemasan sebagai kondisi yang tidak menyenangkan atau tekanan dari sumber yang tidak diketahui”.

Menurut Ormrod (2008: 82) kecemasan (*anxiety*) merupakan perasaan ketidaknyamanan dan ketakutan tentang suatu peristiwa yang hasilnya tidak pasti. Perasaan ini dapat disertai dengan berbagai macam simtom psikologis, termasuk detak jantung yang cepat, peningkatan pernapasan, dan tegangan syaraf.

Hampir setiap orang pernah merasa cemas. Sebagian siswa merasa gugup dan cemas ketika bertanya di dalam kelas. Perasaan kecemasan yang bersifat sementara ini merupakan contoh dari kecemasan kondisi (*state anxiety*). Meski demikian, beberapa siswa merasa cemas pada situasi yang sebetulnya tidak sulit, bahkan walaupun situasinya tidak membahayakan atau mengancam.

Dalam proses pembelajaran pada dasarnya bertanya adalah inti dari mengajar. Biasanya pertanyaan cenderung untuk kepentingan yang ditanya. Untuk itu perlu dilatih keberanian siswa agar mau bertanya, sehingga terarah kepada tujuan pembelajaran. Adapun bertanya menurut Munandar (dalam Aina Mulyana, 2012) dapat diartikan sebagai keinginan mencari informasi yang belum diketahui, sehingga jika bertanya adanya pada kondisi pembelajaran maka bertanya merupakan proses meminta keterangan atau

penjelasan untuk mendapatkan informasi yang belum diketahui dalam pembelajaran yang sedang berlangsung.

Menurut Sadiman (dalam Rosihan Anwar, 2011) bertanya merupakan ucapan verbal yang meminta respon dari seseorang yang dikenali. Respon yang diberikan dapat berupa pengetahuan sampai dengan hal-hal yang merupakan hasil pertimbangan. Jadi, bertanya merupakan stimulus efektif yang mendorong kemampuan berfikir.

Bertanya merupakan suatu unsur yang selalu ada dalam suatu proses komunikasi, termasuk dalam komunikasi pembelajaran. Kecemasan berkomunikasi merupakan kecenderungan untuk mengalami kecemasan dalam waktu yang relatif lama dan dalam berbagai situasi yang berbeda.

Kecemasan komunikasi (*Communication anxiety*) ini adalah rasa takut, bingung, dan kacau pikiran, tubuh gemetar, dan rasa demam panggung yang muncul dalam komunikasi dengan orang lain. (Agus Hardjana, 2007: 94).

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan siswa ketika bertanya adalah suatu perasaan takut diikuti gejala-gejala fisik dan psikis yang menyertai siswa ketika berkomunikasi atau bertanya dalam suatu proses kegiatan belajar di kelas antara peserta didik dan pendidik untuk meminta keterangan atau penjelasan mengenai informasi yang belum diketahui dalam pembelajaran yang sedang berlangsung.

## **2. Ciri-Ciri Kecemasan Siswa ketika Bertanya di Dalam Kelas**

Kecemasan merupakan masalah yang bisa terjadi pada setiap orang dalam menghadapi sesuatu. Banyak ciri-ciri yang ditunjukkan seseorang

ketika merasa cemas. Dalam Nevid (2003: 164) kecemasan memiliki ciri-ciri sebagai berikut: ciri fisik, ciri behavioral, dan ciri kognitif. Ciri-ciri fisik dari kecemasan yang dialami individu ini seperti kegelisahan, kegugupan, tangan atau anggota tubuh yang bergetar atau gemetar, banyak berkeringat telapak tangan yang berkeringat, sulit berbicara, jantung yang berdebar keras atau berdetak kencang; suara yang bergetar; jari-jari atau anggota tubuh yang menjadi dingin, dan masih banyak lagi. Ciri-ciri *behavioral* dari kecemasan meliputi: perilaku menghindar seperti tidak bertanya, memilih diam dari pada bertanya kepada guru, perilaku melekat dan dependen seperti menyuruh teman untuk bertanya, perilaku terguncang misalnya takut bertanya dengan guru yang pemarah. Sedangkan ciri-ciri kognitif dari kecemasan yang di alami siswa meliputi: khawatir tentang sesuatu, keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan segera terjadi, tanpa ada penjelasan yang jelas, merasa terancam oleh orang atau peristiwa yang normalnya hanya sedikit atau tidak mendapat perhatian, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, sulit berkonsentrasi atau memfokuskan pikiran, dan masih banyak yang lainnya.

Simptom kecemasan sangat bervariasi dan berbeda untuk setiap individu. Simptom kecemasan dapat mengganggu kualitas hidup seseorang karena dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk menjalankan berbagai aktivitas (Greenberg & Padesky dalam Ekowarni & Hinggar Ganari, 2009: 76). Seseorang yang mengalami kecemasan akan mengalami simtom-simptom seperti

### 1) Simptom Fisik

Gemetar, keluar banyak keringat, jantung berdetak kencang, sulit bernafas, pusing, tangan dingin, mual, panas dingin, kegugupan, pingsan atau merasa lemas, sering buang air kecil dan diare.

### 2) Simptom Perilaku

Perilaku menghindar, perilaku ketergantungan atau melekat, perilaku terguncang dan meninggalkan situasi yang menimbulkan kecemasan.

### 3) Simptom Kognitif

Khawatir tentang sesuatu, keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan segera terjadi tanpa ada penjelasan yang jelas, merasa terancam oleh orang atau peristiwa, kebingungan atau kekhawatiran akan ditinggal sendiri.

Setiap orang dapat mengalami kecemasan, begitu juga pada siswa. Kecemasan yang dialami siswa di sekolah seperti kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas. Karena kecemasan merupakan proses psikis yang sifatnya tidak tampak ke permukaan maka untuk menentukan apakah seseorang siswa mengalami kecemasan atau tidak, diperlukan penelaahan yang seksama, dengan berusaha mengenali simtom atau gejala-gejalanya, seperti tubuh siswa gemetaran ketika bertanya, suara bergetar ketika menyampaikan pertanyaan, keluar keringat, serta siswa yang takut bertanya karena ditertawakan teman.

Jadi dapat disimpulkan bahwasanya gejala kecemasan siswa ketika bertanya bisa ditandai dengan adanya tiga ciri yaitu ciri fisik, ciri perilaku,

dan ciri kognitif. Ciri-ciri yang terlihat tersebut hendaknya disadari baik oleh individu maupun pendidik sehingga dapat ditanggulangi secepat mungkin.

### **3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Siswa Ketika Bertanya**

Menurut Sieber e.al. (1977) kecemasan dianggap sebagai salah satu faktor penghambat dalam belajar yang dapat mengganggu kinerja fungsi-fungsi kognitif seseorang, seperti dalam berkonsentrasi, mengingat, pembentukan konsep dan pemecahan masalah. Apabila siswa mengalami kecemasan saat bertanya maka akan berdampak pada proses belajar. Perasaan malu atau takut untuk bertanya yang terjadi saat siswa masih duduk di bangku sekolah bukannya tidak mungkin akan berlanjut sampai ia dewasa. Karena pada dasarnya kebiasaan yang ditanam sejak kecil, biasanya akan membentuk pola pikir yang sama saat ia telah dewasa nanti.

Menurut Thallis (1992: 19) terdapat beberapa faktor yang menimbulkan kecemasan, yaitu:

- a. Faktor individu yang meliputi rasa kurang percaya diri pada individu, merasa memiliki masa depan tanpa tujuan, dan perasaan tidak mampu bekerja.
- b. Faktor lingkungan yang berkaitan dengan dukungan emosional yang rendah dari orang lain sehingga individu merasa tidak dicintai orang lain, tidak memiliki kasih sayang, tidak memiliki dukungan dan motivasi.

Adler & Rodman (dalam M. Nur Gufron & Rina Risnawita S, 2011: 145-146) menyatakan terdapat dua faktor yang menyebabkan adanya

kecemasan, yaitu pengalaman yang negatif pada masa lalu dan pikiran yang tidak rasional.

a) Pengalaman negatif pada masa lalu

Pengalaman ini merupakan hal yang tidak menyenangkan pada masa lalu mengenai peristiwa yang dapat terulang lagi pada masa mendatang, apabila individu tersebut menghadapi situasi atau kejadian yang sama dan juga tidak menyenangkan, misalnya pernah gagal dalam tes. Hal tersebut merupakan pengalaman umum yang menimbulkan kecemasan siswa dalam menghadapi tes.

b) Pikiran yang tidak rasional

Para psikolog memperdebatkan bahwa kecemasan terjadi bukan karena suatu kejadian, melainkan kepercayaan atau keyakinan tentang kejadian itulah yang menjadi penyebab kecemasan.

Secara umum faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi tingkat religiusitas yang rendah, rasa pesimis, takut gagal, pengalaman negatif masa lalu, dan pikiran yang tidak rasional. Sementara faktor eksternal seperti kurangnya dukungan sosial.

Kegiatan bertanya di kelas adalah aktivitas yang penting dalam proses belajar mengajar. Bukan hanya bagi guru, namun juga bagi para siswa. Pentingnya siswa bertanya di kelas juga untuk mendorong terjadinya interaksi antar siswa agar siswa lebih terlibat secara pribadi dan lebih bertanggung jawab terhadap pertanyaan yang diajukan. Selain itu kegiatan

bertanya adalah suatu hal yang penting untuk membuka wawasan dan mencari informasi yang ingin diketahui.

Latar belakang budaya menyebabkan siswa tidak terbiasa mengajukan pertanyaan, padahal pertanyaan dapat meningkatkan kemampuan siswa untuk mengemukakan gagasan. Selain itu masih ada faktor lain yang mempengaruhi kebiasaan bertanya pada siswa. Berikut faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan bertanya pada siswa (dalam Puji Astuti, 2011) adalah sebagai berikut:

a) Faktor dari dalam diri siswa

1) Minat siswa dalam bertanya

Minat, besar pengaruhnya terhadap berbagai aktivitas. Siswa yang berminat pada suatu pelajaran akan selalu bertanya, mengenai hal-hal yang belum dimengerti (belum paham), serta untuk memenuhi rasa ingin tahunya terhadap pelajaran yang disajikan. Minat akan mengarahkan perbuatan kepada suatu tujuan dan merupakan dorongan bagi perbuatan itu. Apa yang menarik minat siswa, akan mendorongnya untuk berbuat lebih giat dan lebih baik. Dengan adanya minat akan membuat siswa senang, aktif dan cepat mengerti dalam menerima pelajaran serta membuat siswa tertarik untuk selalu bertanya dalam setiap kesempatan. Tinggi rendahnya minat siswa terhadap mata pelajaran yang diajarkan, ini erat kaitannya pula dengan tinggi rendahnya kesadaran diri terhadap

pemenuhan rasa ingin tahu/kebutuhan akan informasi, yang salah satunya dengan mengajukan pertanyaan.

2) Memiliki perasaan tidak/ kurang berani dalam bertanya

Perasaan kurang berani “(perasaan takut) adalah sejenis naluri. Kebanyakan perasaan takut itu disebabkan karena pengaruh lingkungan. Takut salah, takut mendapat ejekan. Perasaan takut yang ada pada siswa, akan melemahkan semangatnya dan akan menggoyahkan ketenangannya. Ia tidak berani mengajukan pertanyaan, karena diliputi perasaan takut, seperti takut salah, takut mengungkapkan pendapat dan karena ketakutan lainnya. Sehingga apa yang ingin ditanyakan tidak dapat diutarakannya.

3) Motif keingintahuan siswa

Motif ialah segala sesuatu yang mendorong seseorang untuk bertindak melakukan sesuatu. Menurut Sartain dalam M. Ngalim Purwanto, Motif adalah suatu pernyataan yang kompleks di dalam suatu organisme yang mengarahkan tingkah laku/ perbuatan ke suatu tujuan atau perangsang. Motif keingintahuan siswa yang besar pada suatu pelajaran, akan dapat dilihat pada semangatnya mengikuti pelajaran. Salah satunya yang dapat dilihat ialah kebiasaannya mengajukan pertanyaan dan mengemukakan gagasan. Dengan motif keingintahuannya yang besar segala aktivitas belajar demi mencapai prestasi dan cita-citanya akan dijalani dengan penuh kegigihan.

b) Faktor dari luar diri siswa

1) Faktor Guru (motivasi dari guru)

Guru adalah tenaga pendidik yang memberikan sejumlah ilmu pengetahuan kepada siswanya di sekolah, maka gurulah yang menciptakan lingkungan belajar bagi kepentingan belajar siswanya. Sebagai pendidik guru tidak hanya berperan untuk mendorong meningkatkan prestasi belajar siswa, tetapi juga yang lebih jauh lagi untuk memotivasi siswa agar lebih aktif, bergairah belajar dan menumbuhkan rasa ingin tahu pada siswa. Selaku motivator, guru harus selalu memberi semangat agar motif-motif yang positif pada siswanya dapat dibangkitkan, ditingkatkan dan dikembangkan.

Guru harus memotivasi siswanya agar terbiasa bertanya, karena hal itu penting bagi perkembangan kepribadian dan penambah pengetahuan. Sebagai orang yang menginginkan keberhasilan dalam mengajar, guru harus selalu mempertahankan agar umpan balik selalu berlangsung dalam diri siswanya. Umpan balik itu tidak hanya dalam bentuk fisik, tetapi juga dalam bentuk sikap mental yang selalu berproses untuk menyerap bahan pelajaran yang diberikan. Bertanya adalah salah satu umpan balik yang diberikan siswa pada guru. Guru yang hanya mengajar dan tanpa memperhatikan mengerti tidaknya siswa terhadap bahan pelajaran yang disampaikan, akan mendapat reaksi negatif dari siswa. Siswa cenderung menunjukkan

sikap acuh tak acuh atas apa yang disampaikan, ia juga bisa melakukan kegiatan lain yang terlepas dari masalah pelajaran.

## 2) Faktor Lingkungan, suasana belajar

Suasana belajar yang menyenangkan akan mempengaruhi semangat dan suasana hati siswa. Siswa yang memiliki semangat untuk belajar dan memiliki suasana hati yang menyenangkan, ia akan mengikuti pelajaran dengan penuh perhatian dan tidak akan sungkan-sungkan mengajukan pertanyaan dan mengemukakan gagasannya.

Rasa takut bertanya siswa di kelas harus sesegera mungkin diatasi dengan bantuan guru dan lingkungan sekitar agar proses belajar mengajar yang diharapkan dapat berjalan optimal dan dapat meningkatkan hasil belajar siswa di kelas. Jangan biarkan siswa menutup dirinya dari segala informasi dan ilmu pengetahuan yang seharusnya ia dapatkan. Sebisa mungkin beri kesempatan pada siswa untuk bertanya. Guru seharusnya memberikan motivasi kepada siswa agar siswa berani untuk bertanya, bukan malah membuat siswa merasa terpojokkan dan semakin takut untuk bertanya. Hargailah sekecil apapun usaha anak untuk bertanya. Jika dirasa pertanyaan siswa dinilai kurang sopan, coba bimbing siswa tersebut ke pertanyaan yang baik, karena mungkin banyak sekali pertanyaan-pertanyaan yang ada di dalam pikiran siswa, tapi sulit untuk diutarakan dengan baik.

### **C. Hubungan *Self-Confidence* dan Kecemasan Siswa Ketika Bertanya di Dalam Kelas**

Dalam proses belajar mengajar di kelas, banyak aktivitas yang terjadi antara guru dengan murid. Salah satu aktifitas yang terjadi di dalam kelas adalah siswa bertanya kepada guru. Dengan bertanya kepada guru, membantu siswa untuk memahami pelajaran yang sulit, sehingga proses belajar mengajar itu berjalan dengan lancar.

Namun tidak semua siswa yang mau bertanya ketika tidak paham suatu pelajaran. Beberapa siswa merasa cemas ketika bertanya dengan guru saat proses belajar mengajar. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan siswa adalah *self-confidence* atau kepercayaan diri. Hal ini sesuai dengan pendapat Thallis (1992: 19) terdapat beberapa faktor yang menimbulkan kecemasan, yaitu: faktor individu dan faktor lingkungan. Dimana faktor individu meliputi rasa kurang percaya diri pada individu, merasa memiliki masa depan tanpa tujuan, dan perasaan tidak mampu bekerja. Sedangkan faktor lingkungan yang berkaitan dengan dukungan emosional yang rendah dari orang lain sehingga individu merasa tidak dicintai orang lain, tidak memiliki kasih sayang, tidak memiliki dukungan dan motivasi.

Permasalahan utama dalam kecemasan siswa ketika bertanya adalah adanya rasa khawatir tentang respon atau penilaian orang lain terhadap dirinya (apa yang disampaikannya dan bagaimana ia menyampaikannya) akibat dari rendahnya kepercayaan diri yang dimiliki. Sebagaimana yang disampaikan

Hurlock (1992: 214) bahwa remaja yang memiliki kepercayaan diri bersikap tenang dan seimbang dalam situasi sosial.

Siswa yang memiliki *self-confidence* tinggi memiliki sifat yang tenang atau tidak cemas dan berani dalam menghadapi situasi tertekan. Misalnya saat proses belajar mengajar, ketika tidak paham dengan materinya siswa berani untuk bertanya kepada guru, dan saat menyampaikan pertanyaan tersebut siswa bersikap tenang, tidak terbata-bata menyampaikan pertanyaannya. Sedangkan siswa yang memiliki *self-confidence* rendah, lebih banyak diam saat proses belajar mengajar berlangsung. Dan ketika guru memberikan kesempatan untuk bertanya, siswa akan merasa ragu-ragu, mudah cemas, dan takut untuk menyampaikan pertanyaannya.

Thursan Hakim (2004: 19) mengatakan bahwa salah satu kelemahan pribadi yang bisa menjadi sumber rasa tidak percaya diri adalah sifat mudah cemas atau penakut. Siswa yang mudah cemas atau penakut dalam menghadapi situasi tertentu misalnya bertanya di dalam kelas, maka hal itu dapat menumbuh rasa tidak percaya diri pada siswa. Terutama jika sejak masa kecil sudah tertanam pada diri individu rasa cemas dan penakut tersebut.

Menurut Jalaluddin Rakhmat (2005: 109) seseorang yang kurang percaya diri akan cenderung sedapat mungkin menghindari komunikasi. Mereka takut orang lain akan mengejeknya atau menyalahkannya. Dalam diskusi, mereka akan lebih banyak diam. Dalam pidato, mereka akan berbicara terpatah-patah. Selain itu orang yang mengalami kecemasan di dalam

berkomunikasi, akan menarik diri dalam pergaulan, berusaha sekecil mungkin untuk dapat berkomunikasi, dan hanya akan berbicara apabila terdesak saja.

*Self-confidence* bukan merupakan sifat bawaan. Goleman (2001: 109) “kepercayaan diri dapat muncul dengan sendirinya dalam proses presentasi diri yang sungguh-sungguh, melalui penonjolan keberadaan”. Orang yang sangat percaya diri bisa seperti memancarkan karisma, menularkan percaya diri kepada orang-orang di sekitar mereka. Keyakinan akan kemampuan diri sendiri akan membantu individu untuk menentukan apa yang akan dilakukannya. Serta keyakinan yang kuat tentang kemampuan seseorang sangat menentukan usahanya di dalam menghadapi situasi yang kabur, penuh tekanan dan tidak terduga.

#### D. Kerangka Konseptual

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan atau menguji hubungan antara *self-confidence* dengan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas. Bentuk kerangka pikirnya siswa tidak akan cemas bertanya di dalam kelas, bila siswa memiliki *self-confidence* yang tinggi. Ketidakpercayaan diri siswa menyebabkan siswa merasa cemas ataupun takut ketika bertanya di dalam kelas. Kerangka konseptual penelitian ini akan memberikan gambaran ringkas tentang arah tujuan penelitian sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Konseptual Hubungan *Self-Confidence* dengan Kecemasan Siswa ketika Bertanya

Gambar kerangka konseptual tersebut menggambarkan hubungan antara *self-confidence* dengan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas. *Self confidence* merupakan keyakinan seseorang akan kemampuannya. Sedangkan kecemasan siswa ketika bertanya merupakan ketakutan atau kecemasan siswa terhadap situasi yang tidak membahayakan.

### **E. Hipotesis**

Menurut Tulus Winarsunu (2002: 10) hipotesis dapat didefinisikan sebagai suatu dugaan sementara yang diajukan seorang peneliti yang berupa pernyataan-pernyataan untuk diuji kebenarannya. Secara umum ada dua macam hipotesis yaitu hipotesis nihil dan hipotesis kerja. Hipotesis nihil (disebut juga hipotesis nol disingkat  $H_0$ ) adalah sebuah pernyataan yang menyatakan tidak adanya hubungan, perbedaan atau pengaruh antara dua variabel atau lebih. Sedangkan yang disebut kerja (disebut juga hipotesis alternatif disingkat  $H_a$  atau hipotesis satu disingkat  $H_1$ ) adalah sebuah pernyataan yang menyatakan adanya perbedaan, pengaruh atau hubungan antara dua variabel atau lebih.

Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah

$H_1$  : Ada hubungan yang negatif signifikan antara *self-confidence* dengan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas. Artinya semakin tinggi *self-confidence* maka semakin rendah kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas.

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai *self-confidence* dengan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data bahwa *self-confidence* siswa di SMP N 13 Padang cenderung berada pada kategori tinggi dengan persentase 31,7%.
2. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data bahwa kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas di SMP N 13 Padang cenderung berada pada kategori rendah dengan persentase 29,2%.
3. Terdapat hubungan yang negatif signifikan antara *self-confidence* dengan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas. Dengan tingkat hubungan korelasi berada pada kategori cukup kuat.

### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan beberapa masukan sebagai berikut:

1. Kepada Guru Bimbingan dan Konseling di sekolah disarankan untuk meningkatkan dan mengembangkan *self-confidence* siswa dan mengurangi kecemasan siswa ketika bertanya dengan mengoptimalkan pelaksanaan kegiatan layanan BK seperti layanan penguasaan konten yang terkait dengan keterampilan bertanya serta melaksanakan layanan

bimbingan kelompok dan konseling kelompok untuk melatih siswa agar lebih berani bertanya.

2. Kepada guru mata pelajaran disarankan untuk dapat memperhatikan, membimbing, mengarahkan dan membina siswa dalam kegiatan belajar sehingga siswa mampu untuk bertanya di dalam kelas.
3. Bagi peneliti selanjutnya karena penelitian ini baru mengungkap tentang *self-confidence* dengan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas, disarankan agar penelitian selanjutnya untuk bisa lebih mengembangkan penelitian ini dengan ruang lingkup yang lebih luas dan variabel yang berbeda seperti *self-confidence* dengan pola asuh, kecemasan siswa bertanya di dalam kelas dengan konsep diri.

## KEPUSTAKAAN

- A. Muri Yusuf. (2007). *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press.
- Agus Hardjana. (2007). *Komunikasi Intarpersonal dan Interpersonal*. Yogyakarta: Kanisius.
- Aina Mulyana. (2012). *Kemampuan Bertanya pada Siswa*. (online) <http://ainamulyana.blogspot.com/2012/02/kemampuan-bertanya-pada-siswa.html> diakses tanggal 20 Maret 2014.
- Anas Sudijono. (2011). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Danang Sunyoto. (2009). *Analisis Regresi dan Uji Hipotesis*. Yogyakarta: MedPress.
- Dewa Ketut Sukardi & Nila Kusmawati. (2008). *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta
- Dian Oktaviana. (2010). Penggunaan Strategi Reframing Untuk Membantu Siswa Mengurangi Perasaan Cemas Ketika Bertanya di Kelas. *Jurnal*. (Online) [ejournal.unesa.ac.id](http://ejournal.unesa.ac.id).
- Ekowarni Endang, & Hinggar Ganari. (2009). Terapi Kognitif Perilaku dan Kecemasan Menghadapi Prosedur Medis pada Anak Penderita Leukimia. *Jurnal Psikologi Universitas Gadjahmada Yogyakarta*. Vol. 1 No.1 hal. 77
- Elisabeth Lasmira Utami. (2010). Hubungan antara Komunikasi Orangtua dan Anak dengan Kepercayaan Diri Remaja Awal Perempuan. *Skripsi* tidak diterbitkan. Semarang: Fakultas Psikologi UNIKA
- Enung Fatimah. (2006). *Psikologi Perkembangan: Perkembangan peserta didik*. Bandung: Balai Setia.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2010). *Teori Kepribadian*. Terjemahan oleh Smita Prathita Sjahputri. Jakarta: Salemba Humanika.
- Goleman, D. (2001). *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Terjemahan oleh Alex Tri Kantjono Widodo. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hurlock, E. B. (1992). *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (edisi kelima)*. Terjemahan oleh Istiwidayanti & Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.

- Husein Umar. (2011). *Metodologi Penelitian untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Jalaluddin Rakhmat. (2005). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Larry King & Bill Gilbert. (2005). *Seni Berbicara Kepada Siapa Saja, Kapan Saja, Dimana Saja*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Lauster, P. (2012). *Tes Kepribadian*. Terjemahan oleh D. H. Gulo. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- M. Nur Ghufron, & Rina Risnawati S. (2011). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-ruzz Media.
- Margaret Lea Oktavia. (2010). Kecemasan Berbicara di Depan Kelas Ditinjau dari Berpikir Positif. *Skripsi* tidak diterbitkan. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., Greene, Beverly. (2003). *Psikologi Abnormal: Edisi Kelima Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Ormrod, Jeanne Ellis. (2008). *Psikologi Pendidikan: Membantu siswa tumbuh dan berkembang jilid 2*. Terjemahan oleh Prof. Dr. Amitya Kumara. Jakarta: Erlangga.
- Pradipta Sarastika. (2014). *Buku Pintar Tampil Percaya Diri: Rahasia sukses tampil percaya diri di segala situasi*. Yogyakarta: Araska
- Prayitno. (1995). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Fropil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Prayitno. (2004). *L1-L9*. Padang: BK FIP UNP
- Puji Astuti. (2011). *Studi Tentang Kecemasan Siswa (Menumbuhkan keberanian siswa untuk aktif dalam pembelajaran)*. (Online) <http://poojetz.wordpress.com/2011/01/13/studi-tentang-kecemasan-siswa-menumbuhkan-keberanian-siswa-untuk-aktif-dalam-pembelajaran/> diakses tanggal 20 Maret 2014.
- Riduwan. (2010). *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru, Karyawan, dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- \_\_\_\_\_. (2010). *Skala Pengukuran Variabel-variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

- Rosihan Anwar. (2011). *Penggunaan Keterampilan Bertanya untuk Meningkatkan Aktivitas Belajar Siswa pada Mata Pelajaran IPA Kelas IV SDN 01 Donomulyo Kecamatan Banjit Tahun Pelajaran 2010/2011*. (online) <http://www.scribd.com/doc/74455192/Penggunaan-Keterampilan-Bertanya-Untuk-Meningkatkan-Aktivitas-Belajar-Siswa-Pada-Mata-Pelajaran-Ipa-Kelas-IV> diakses tanggal 20 Maret 2014.
- Sugiyono. (2006). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Thallis, F. (1992). *Mengatasi Rasa Cemas*. Alih bahasa: Meitasara Tjandra. Jakarta: Arcan.
- Thursan Hakim. (2004). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Tulus Winarsunu. (2002). *Statistik: Dalam penelitian psikologi dan pendidikan*. Malang: UMM Press.