

**HUBUNGAN ANTARA KETERAMPILAN KOMUNIKASI DENGAN
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM**
*(Studi Korelasional Terhadap Mahasiswa Jurusan Bimbingan Dan Konseling
FIP UNP Angkatan 2011)*

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan Strata 1 (S1)*



OLEH

**Ririn Putri Nadia
88071**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2013**

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang**

**Judul : Hubungan antara Keterampilan Komunikasi dengan
Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Studi Korelasional
Terhadap Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP
UNP Angkatan 2011)**

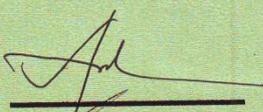
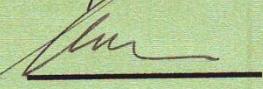
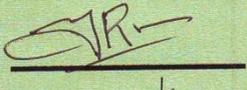
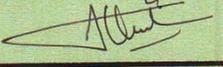
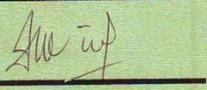
Nama : Ririn Putri Nadia

NIM/BP : 88071/2007

Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Februari 2013

Tim penguji	Nama	Tanda Tangan
Ketua	: Drs. Asmidir Ilyas, M.Pd., Kons.	
Sekretaris	: Dr. Marjohan, M.Pd., Kons.	
Anggota	: Drs. Yusri, M.Pd., Kons.	
Anggota	: Dra. Zikra, M.Pd., Kons.	
Anggota	: Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd.	

ABSTRAK

Judul : Hubungan antara Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Studi Korelasional Terhadap Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011)

Peneliti : Ririn Putri Nadia

Pembimbing : 1. Drs. Asmidir Ilyas, M.Pd.,Kons
2. Dr. Marjohan, M.Pd.,Kons

Idealnya setiap mahasiswa memiliki keterampilan komunikasi yang optimal. Dengan keterampilan tersebut mahasiswa dapat menyampaikan pesan dengan tepat kepada orang lain serta mampu untuk tampil berbicara di depan umum. Kenyataannya, sebagian mahasiswa tidak mampu untuk menyampaikan pendapat, mengalami kecemasan berbicara di depan umum, berkeringat, jantung berdetak kencang, dan berusaha tidak berbicara di depan orang. Tujuan penelitian adalah mendeskripsikan keterampilan komunikasi mahasiswa, mendeskripsikan kecemasan berbicara mahasiswa di depan umum dan menguji hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional yang mendeskripsikan keterampilan komunikasi dan kecemasan berbicara di depan umum serta melihat hubungan keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011 yang berjumlah 211 orang yang terdaftar pada tahun pelajaran 2012/2013 dengan jumlah sampel sebanyak 68 orang. Teknik pengambilan sampel adalah *proposional random sampling*. Instrument yang digunakan adalah angket. Data dianalisis dengan teknik persentase, dan untuk melihat hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa digunakan teknik *Pearson Product Moment Correlation* melalui program komputer *SPSS for windows versi 17.0*.

Temuan penelitian mengungkapkan bahwa : (1) keterampilan komunikasi mahasiswa berada pada kategori rendah, (2) kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa berada pada kategori tinggi, (3) terdapat hubungan yang signifikan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011 dengan r hitung sebesar $-0,785$ pada taraf signifikansi $0,01$. Tanda korelasi menunjukkan arah hubungan yang negatif. Artinya, semakin tinggi keterampilan komunikasi mahasiswa maka semakin rendah kecemasannya berbicara di depan umum, sebaliknya semakin rendah keterampilan komunikasi mahasiswa maka semakin tinggi kecemasannya berbicara di depan umum. Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyarankan kepada mahasiswa untuk dapat meningkatkan keterampilan berkomunikasi sehingga kecemasan berbicara di depan umum dapat berkurang.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan *Alhamdulillah*, segala puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Studi Korelasional Terhadap Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP Angkatan 2011)”**. Shalawat dan salam tak lupa penulis kirimkan kepada baginda Rasulullah SAW sebagai tauladan selama hidup di dunia ini.

Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1) pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. Penulisan ini terlaksana berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, baik berupa moril maupun materil. Untuk itu pada kesempatan ini penulis ucapkan terima kasih yang tulus kepada :

1. Bapak Dr. Daharnis, M.Pd., Kons, selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling.
2. Bapak Drs. Erlamsyah, M.Pd., Kons, selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling.
3. Bapak Drs. Asmidir Ilyas, M.Pd., Kons, selaku Dosen Pembimbing I, yang telah meluangkan waktu dan membimbing penulis dalam menyusun skripsi ini dari awal sampai akhir.
4. Bapak Dr. Marjohan, M.Pd., Kons, selaku Dosen Pembimbing II, yang telah meluangkan waktu dan membimbing penulis dalam menyusun skripsi ini hingga selesai

5. Bapak Drs. Yusri, M.Pd., Kons, Ibu Dra. Zikra, M.Pd., Kons, dan Ibu Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd selaku dosen penguji yang telah memberikan saran dan masukan pada penulis.
6. Staff Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP Padang yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan keterangan yang sangat berharga dalam penyusunan skripsi ini.
7. Teristimewa sekali untuk Ayah dan Ibunda tercinta (Rosman Koto dan Gusmiati), kakak (Lani Adrian dan Roni Saputra) yang selalu mendo'akan dan memotivasi penulis untuk meraih cita-cita.
8. Rekan-rekan yang telah memberikan motivasi, masukkan yang berharga dalam penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi yang dibuat ini masih jauh dari kesempurnaan oleh karena itu penulis mohon saran dan kritikan demi kesempurnaannya. sehingga dapat dimanfaatkan bagi yang berkepentingan.

Padang, Januari 2013

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Rumusan dan Batasan Masalah	8
D. Pertanyaan Penelitian	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Asumsi	10
G. Hipotesis.....	10
H. Kegunaan Penelitian.....	10
I. Penjelasan Istilah.....	11
BAB II KAJIAN TEORITIS	14
A. Hakekat Keterampilan Komunikasi	14
1. Pengertian komunikasi.....	14
2. Unsur-unsur komunikasi.....	15
3. Tujuan komunikasi	16
4. Manfaat komunikasi	18
5. Keterampilan komunikasi.....	18
B. Kecemasan Berbicara di Depan Umum	22
1. Pengertian kecemasan berbicara di depan umum	22
2. Faktor-faktor penyebab kecemasan berbicara di depan umum ..	23
3. Komponen kecemasan berbicara di depan umum	24
C. Hubungan Antara Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum	25
D. Kerangka Konseptual	27

BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Jenis Penelitian	28
B. Populasi Dan Sampel	28
1. Populasi	28
2. Sampel	30
C. Jenis dan Sumber Data	32
D. Instrumentasi dan Teknik Pengumpulan Data.....	33
E. Teknik Analisis Data	34
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	39
A. Deskripsi Data	39
B. Pengujian Prasyarat Analisis	50
C. Pengujian Hipotesis	53
D. Pembahasan	54
BAB V PENUTUP	74
A. Kesimpulan.....	74
B. Saran	75
KEPUSTAKAAN	76
LAMPIRAN	79

DAFTAR TABEL

Tabel 1	: Populasi Penelitian.....	30
Tabel 2	: Sampel penelitian.....	32
Tabel 3	: Gambaran Keterampilan Komunikasi	40
Tabel 4	: Aspek Keterbukaan.....	41
Tabel 5	: Aspek Empati.....	42
Tabel 6	: Aspek Sikap Mendukung.....	43
Tabel 7	: Aspek Sikap Positif.....	44
Tabel 8	: Aspek Kesetaraan	45
Tabel 9	: Gambaran Kecemasan Berbicara di Depan Umum	46
Tabel 10	: Aspek Gejala Fisik.....	47
Tabel 11	: Aspek Gejala Proses Mental	48
Tabel 12	: Aspek Gejala Emosional.....	49
Tabel 13	: Uji Normalitas.....	51
Tabel 14	: Uji Linearitas	52
Tabel 15	: Uji Koefisien Korelasi	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Kisi-Kisi Angket.....	80
Lampiran 2	: Angket	81
Lampiran 3	: Tabulasi Pengolahan Data Keterampilan Komunikasi	90
Lampiran 4	: Tabulasi Pengolahan Data Kecemasan Berbicara di Depan Umum	91
Lampiran 5	: Hasil Pengujian Prasyarat Analisis.....	93
Lampiran 6	: Hasil Uji Koefisien Korelasi antara Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum	94
Lampiran 7	: Surat Izin Penelitian dari Dekan FIP	95

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Universitas Negeri Padang merupakan salah satu perguruan tinggi negeri yang menerapkan beberapa kebijakan yang ditujukan untuk menghasilkan lulusan yang tidak saja ahli dalam sendi keilmuan, namun juga mempunyai kedalaman spiritual dan keluruhan akhlak. Sebagaimana misi Universitas Negeri Padang (UNP) untuk menjadi perguruan tinggi terkemuka dalam penyelenggaraan pendidikan, pengajaran, dan penelitian serta pengabdian kepada masyarakat (Buku Pedoman Akademik, 2007:6)

Berdasarkan hal tersebut menuntut fungsi perguruan tinggi untuk menghasilkan sumber daya manusia yang mampu tampil ketengah-tengah masyarakat. Terlebih bagi mahasiswa calon tenaga pendidik yang harus menyesuaikan diri dengan tuntutan dunia pendidikan yang semakin maju, dari sisi keilmuan dan maupun metodologi pengajaran. Oleh karena itu penting bagi UNP untuk segera menghasilkan lulusan-lulusan professional dalam bidang pendidikan.

Khusus pada Jurusan Bimbingan dan Konseling di Fakultas Ilmu Pendidikan UNP yang akan menghasilkan sarjana Bimbingan dan Konseling, diharapkan nantinya mahasiswa tidak hanya menguasai ilmu secara teori namun juga dapat mengimplementasikannya sehingga terbentuk guru konseling yang professional (Buku Pedoman Akademik, 2007:51). Untuk dapat menjadi guru konseling yang professional diperlukan banyak latihan

dan pengalaman. Latihan dan pengalaman tersebut dapat diperoleh dengan mengikuti perkuliahan yang menuntut mahasiswa untuk aktif, kritis dan kreatif. Mahasiswa yang aktif, kritis dan kreatif dapat menunjang pemahaman dan penguasaan materi perkuliahan sehingga apa yang menjadi tujuan dari Jurusan Bimbingan dan Konseling dapat tercapai.

Sehubungan dengan hal itu, metode pembelajaran yang diselenggarakan di Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP dominan menggunakan diskusi kelompok dan presentasi yang menuntut berbicara di depan banyak orang. Namun dalam prakteknya, banyak aspek yang menjadi kendala bagi mahasiswa calon pendidik untuk menjadi profesional, tidak jarang mahasiswa merasa cemas untuk mengungkapkan pikirannya secara lisan baik pada saat diskusi kelompok, maupun saat mempresentasikan tugas. Kecemasan tersebut berkontribusi penampilannya.

Berbicara dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (1996:98) adalah berbahasa, melahirkan pendapat (dengan perkataan, tulisan, dan sebagainya). Menurut Tarigan (1981:15) berbicara adalah kemampuan untuk mengucapkan kata-kata, untuk mengekspresikan, serta menyampaikan pikiran, gagasan dan perasaan. Sedangkan berbicara di depan umum adalah suatu variasi atau perluasan percakapan, dimana seorang pembicara menghadapi pendengar dalam jumlah banyak yang bertujuan untuk mempublikasikan informasi dalam situasi tatap muka (Devito, 1995:361).

Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan pada beberapa orang mahasiswa angkatan 2011 di Jurusan Bimbingan dan Konseling pada tanggal 10 April 2012 diperoleh informasi bahwa, mereka mengalami kecemasan jika harus berbicara di depan umum, terutama pada saat mempresentasikan makalah sehingga materi yang sudah dikuasai tidak bisa disampaikan dengan baik. Mahasiswa juga mengaku menjelang presentasi merasakan gemetar, berkeringat, jantung berdetak kencang, merasa selalu dinilai oleh orang lain atas setiap perbuatannya, takut jika nantinya ada pertanyaan dari audien.

Hal senada didapat dari hasil observasi yang telah peneliti lakukan pada tanggal 13 April 2012 pada saat mahasiswa melakukan presentasi di dalam kelas. Dari observasi dapat ditemukan bahwa beberapa mahasiswa yang sedang melakukan presentasi tidak menatap audien atau forum, matanya selalu tertuju pada lembaran makalah yang sedang dibaca, kesulitan untuk melanjutkan apa yang ingin dijelaskan, kata-kata yang telah disusun rapi untuk diutarakan banyak lupa untuk disampaikan, bingung dengan apa yang akan diucapkan sehingga sering mengulang kalimat yang sama sewaktu melakukan presentasi.

Kecemasan adalah suatu kondisi adanya tekanan fisik dan psikis akibat adanya tuntutan dalam diri dan lingkungan (Rathus dan Nevid, 2005:163). Pernyataan tersebut berarti bahwa seseorang dapat dikatakan mengalami kecemasan, ketika individu mengalami suatu kondisi adanya

tekanan dalam diri akibat tuntutan-tuntutan yang berasal dari dalam diri dan lingkungannya.

Kecemasan tidak selalu berdampak negatif pada diri individu, tetapi kecemasan dapat berdampak positif. Kecemasan dapat bermanfaat bila memotivasi kita untuk belajar dengan baik, akan tetapi kecemasan bisa menjadi abnormal bila tingkatannya tidak sesuai dengan proporsi ancaman (Rathus dan Nevid, 2005:163). Adanya perbedaan dampak kecemasan pada diri individu disebabkan oleh adanya perbedaan karakteristik masing-masing individu. Perbedaan karakteristik tersebut akan menentukan respon individu terhadap stimulus yang menjadi sumber kecemasan, sehingga respon setiap individu akan berbeda-beda meskipun stimulus yang menjadi sumber kecemasannya sama.

Natalie Rogers (2004:20) menyatakan bahwa kecemasan dapat menyebabkan gangguan pada komponen fisik, proses mental dan komponen emosional. Individu yang mengalami kecemasan cenderung mengalami gangguan pada komponen fisik yang biasanya dirasakan jauh sebelum memulai pembicaraan, seperti detak jantung yang semakin cepat, kaki gemetar, gangguan tidur dan berkeringat. Komponen proses mental seperti kekacauan fikiran yang menyebabkan adanya kesulitan dalam konsentrasi dan kesulitan dalam mengingat. Gangguan emosi yang sering dialami oleh individu adalah ketidakstabilan emosi seperti mendadak munculnya perasaan tidak berdaya, munculnya rasa panik dan malu setelah pembicaraan berakhir.

Sedangkan Philips (dalam Apollo, 2007) menyebut kecemasan berbicara di depan umum dengan istilah *reticence*, yaitu ketidakmampuan individu untuk mengembangkan percakapan yang bukan disebabkan oleh kurangnya pengetahuan akan tetapi karena adanya ketidakmampuan menyampaikan pesan secara sempurna, yang ditandai dengan adanya reaksi secara psikologis dan fisiologis. Masing-masing gejala yang ditunjukkan ketika mengalami kecemasan berbicara di depan umum tidak dapat berdiri sendiri, tetapi masing-masing gejala saling berhubungan. Individu yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum akan mengalami gejala pada psikologisnya, akan mempengaruhi fisiologis dan kognitifnya semua gejala tersebut saling timbal balik satu dengan yang lainnya.

Ketidakmampuan mengungkapkan keinginan, perasaan, serta mengekspresikan apa yang ada dalam diri individu, menjadi suatu masalah baru yang sulit untuk diselesaikan, sehingga individu memerlukan sebuah pengalaman, kemampuan dan keterampilan yang berdampak pada kemampuan akademik mereka yaitu keterampilan berkomunikasi.

Keterampilan komunikasi tidak hanya sebatas menerima atau menyampaikan informasi, tetapi juga termasuk didalamnya menggali informasi. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan Permasih (2005:15) dalam penelitiannya yang menyatakan bahwa, "keterampilan komunikasi merupakan kemampuan untuk menggali informasi sebanyak-banyaknya dan menyampaikan informasi baik secara lisan maupun tulisan yang disajikan dalam bentuk grafik, chart, tabel, gambar dan lain sebagainya.

Sementara itu Mulyadiana (2000:11) mengemukakan bahwa keterampilan komunikasi adalah kemampuan seorang komunikator menyampaikan sebuah pesan secara konsisten kepada komunikan, yaitu: kemampuan verbal, vokal (intonasi) dan visual (gerak tubuh dan mimik).

Dari pengertian-pengertian keterampilan komunikasi tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa keterampilan komunikasi adalah kemampuan seorang komunikator dalam memberi informasi yang didapat kepada komunikan secara efektif agar informasi yang disampaikan dapat dipahami oleh pihak komunikan sehingga komunikasi berkembang secara mendalam dan individu yang terlibat didalamnya merasakan kesatuan perasaan timbal balik yang hampir sempurna.

Dari hasil observasi yang telah peneliti lakukan pada tanggal 13 April 2012 saat mahasiswa terlibat kegiatan proses pembelajaran di dalam kelas, diperoleh data bahwa mahasiswa memiliki kemampuan dalam memvisualisasikan ide, gagasan maupun sebuah pernyataan dari pikiran mereka. Namun tidak sedikit juga mahasiswa yang terlihat tidak antusias dalam proses pembelajaran. Permasalahan yang kerap terjadi yaitu pada aspek keterbukaan terlihat beberapa mahasiswa terlihat enggan untuk mengungkapkan sebuah pesan, merasa tidak mampu merangkai pertanyaan karena perbendaharaan kata yang dimiliki sangat terbatas padahal banyak yang hendak ditanyakan atau belum mengerti dengan sebuah permasalahan. Jika mahasiswa dituntut untuk harus menjawab; pada aspek empati beberapa orang mahasiswa menunjukkan sikap tidak peduli dengan masalah yang

dihadapi teman; pada aspek sikap mendukung mahasiswa cenderung tidak mendengarkan teman yang berbicara di depan kelas; pada aspek sikap positif mahasiswa menganggap kritikan-kritikan yang dilontarkan teman hanya mencari-cari kesalahannya saja dan pada aspek kesetaraan ketika terjadi perbedaan pendapat dengan teman, mahasiswa bersikeras mempertahankan pendiriannya sehingga konflik dalam forum diskusi tidak dapat dihindari. Bila keadaan ini berlangsung terus menerus, maka keterampilan komunikasi mahasiswa tidak berkembang, proses belajar mengajar tidak berjalan dengan baik dan pada akhirnya tujuan pendidikan tidak akan tercapai.

Kemampuan untuk menciptakan komunikasi yang efektif menyebabkan individu yang terlibat dalam proses komunikasi merasa senang, sehingga mendorong tumbuhnya sikap saling terbuka (Rakhmat, 1998:13-14), Sebaliknya bila komunikasi tidak berjalan efektif maka pelaku komunikasi mengembangkan sikap tegang, perasaan tidak nyaman, dan menutup diri. Adanya perasaan tegang, tidak nyaman, dan menutup diri merupakan sebagian dari gejala kecemasan (Sarafino, 1994:84). Dari fenomena di atas penulis tertarik untuk meneliti mengenai bagaimana hubungan keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum yang diberi judul **”Hubungan antara Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Studi Korelasional Terhadap Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP Angkatan 2011)”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Beberapa orang mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011 terlihat memiliki keterampilan komunikasi yang cenderung masih rendah.
2. Masih ada mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011 yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum yang tinggi.
3. Belum semua mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011 terlibat aktif dalam kegiatan proses pembelajaran yang dapat meningkatkan produktivitas dan kreativitas mahasiswa.

C. Rumusan dan Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diungkapkan di atas, maka yang menjadi masalah dalam penelitian ini adalah hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011. Dengan batasan masalah sebagai berikut:

1. Keterampilan komunikasi mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011
2. Kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011

3. Hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa.

D. Pertanyaan Penelitian

Sesuai dengan batasan masalah, maka pertanyaan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran keterampilan komunikasi mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011?
2. Bagaimana gambaran kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011?
3. Sejauh mana hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang hendak dicapai dengan adanya penelitian ini adalah mendeskripsikan:

1. Keterampilan komunikasi mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011.
2. Kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011.
3. Hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011.

F. Asumsi

Penelitian ini dilandasi oleh asumsi dasar sebagai berikut:

1. Setiap mahasiswa memiliki keterampilan komunikasi dalam tingkatan yang berbeda-beda.
2. Tingkat keterampilan mahasiswa dalam berkomunikasi berkontribusi terhadap kecemasan berbicara di depan umum.

G. Hipotesis

Terdapat hubungan yang signifikan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011.

H. Kegunaan Penelitian

Berdasarkan masalah, dan tujuan penelitian yang telah dikemukakan sebelumnya, maka hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi:

1. Pimpinan Jurusan Bimbingan dan Konseling, penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan kepada pihak jurusan dalam upaya meningkatkan kapasitas dan kualitas mahasiswa terutama dalam hal keterampilan berkomunikasi.
2. Dosen, penelitian ini diharapkan dapat membantu dalam merancang berbagai metode pemberian materi kepada mahasiswa sehingga dapat meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam hal keterampilan berkomunikasi dan mengurangi kecemasan berbicara di depan umum.
3. Mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi mahasiswa agar mengurangi kecemasan dengan meningkatkan

keterampilan berkomunikasi sehingga proses pembelajaran dapat berjalan lebih efektif.

4. Peneliti, untuk meningkatkan pengetahuan dan pengalaman penulis dalam melaksanakan penelitian, mempersiapkan diri terjun langsung ke dunia pendidikan, dan sebagai salah satu syarat dalam meraih gelar sarjana pendidikan pada Jurusan Bimbingan dan Konseling.

I. Penjelasan Istilah

Agar tidak terjadi kesalahan dalam menafsirkan penelitian ini, maka perlu dijelaskan beberapa istilah yang digunakan dalam penelitian ini, diantaranya:

1. Keterampilan Komunikasi

Keterampilan merupakan kemampuan atau kecakapan yang diperoleh melalui tahap-tahap belajar baik secara kognitif, afektif, maupun psikomotor. Menurut The Liang Gie (1994:13), "Keterampilan adalah berbagai sistem, metode, dan teknik yang baik dalam usaha menuntut ilmu secara tangkas".

Menurut Joseph A. Devito (1995:7), "komunikasi adalah kegiatan menyatakan suatu gagasan dan menerima umpan balik dengan cara menafsirkan pernyataan tentang gagasan dan pernyataan orang lain. Komunikasi tidak hanya sekedar menyampaikan pesan dari komunikator ke komunikan, tetapi ada umpan balik dari pesan yang disampaikan.

Keterampilan komunikasi yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah kemampuan atau kecakapan mahasiswa untuk menyampaikan pesan secara tepat kepada lawan bicarannya, sehingga pesan yang disampaikan itu dapat diinterpretasikan pada lawan bicarannya sesuai dengan apa yang dimaksudkan.

Mengacu kepada karakteristik keterampilan komunikasi antarpribadi yang dikemukakan oleh Devito (1995:227-231), maka dalam penelitian ini aspek-aspek keterampilan komunikasi yang akan diungkap meliputi:

- a. Keterbukaan
Yaitu, kemampuan untuk membuka diri pada orang lain, kemampuan untuk memberikan tanggapan secara jujur mengenai sebuah gagasan dan pendapat, serta kemampuan untuk mengungkapkan pikiran yang dimiliki serta adanya tanggung jawab terhadap pengungkapan tersebut.
- b. Empati
Yaitu, kemampuan untuk menempatkan diri pada posisi atau peranan orang lain baik secara emosional maupun intelektual.
- c. Sikap Mendukung
Yaitu, kemampuan untuk berpikiran terbuka, bersedia mendengar pandangan yang berlawanan dan bersedia mengubah pendapat apabila keadaan mengharuskan.
- d. Sikap Positif
Yaitu, kemampuan untuk menghargai diri sendiri dan kemampuan untuk menghargai keberadaan orang lain.
- e. Kesetaraan
Yaitu, kemampuan untuk mengakui kedua belah pihak yang terlibat komunikasi sama-sama bernilai dan saling menghargai keberadaan satu sama lain, serta menjadikan konflik sebagai upaya untuk saling memahami.

2. Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Kecemasan adalah suatu kondisi adanya tekanan fisik dan psikis akibat adanya tuntutan dalam diri dan lingkungan (Rathus dan Nevid, 2005:163). Pernyataan tersebut berarti bahwa seseorang dapat dikatakan mengalami kecemasan, ketika individu mengalami suatu kondisi adanya tekanan dalam diri akibat tuntutan-tuntutan yang berasal dari dalam diri dan lingkungannya.

Berbicara di muka umum adalah suatu perluasan dari percakapan biasa yang melibatkan dua individu atau lebih, dalam situasi tersebut, ada orang yang berbicara (*speaker*) dan yang lain mendengarkan (*listener*) dan biasanya bertemu muka (Josep A. Devito, 1995:361).

Jadi dapat disimpulkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum adalah suatu keadaan tidak nyaman pada diri individu, ketika menyatakan, memaparkan, menerangkan, atau menguraikan hasil pikiran yang dinyatakan dalam kalimat atau kata-kata pada situasi berbicara di depan banyak orang.

Kecemasan berbicara di depan umum dilihat berdasarkan gejala-gejala kecemasan berbicara di depan umum yang dikemukakan oleh Natalie Rogers (2004:20) yaitu: gejala fisik, gejala proses mental, dan gejala emosional.

BAB II KAJIAN TEORITIS

A. Hakekat Komunikasi

1. Pengertian Komunikasi

Komunikasi atau *communication*, berasal dari bahasa latin yaitu *communis* yang bermakna berpartisipasi atau memberitahukan (Alo Liliweri, 1997:6). Sedangkan menurut Joseph A. Devito (1995:7), "Komunikasi adalah kegiatan menyatakan suatu gagasan dan menerima umpan balik dengan cara menafsirkan pernyataan tentang gagasan dan pernyataan orang lain". Komunikasi tidak hanya sekedar menyampaikan pesan dari komunikator ke komunikan, tetapi ada umpan balik dari pesan yang disampaikan.

Komunikasi juga dapat dipandang sebagai suatu peristiwa sosial yang terjadi di tengah masyarakat. Sejalan dengan hal ini Jalaluddin Rakhmad (1992:9) menyatakan, "Komunikasi adalah peristiwa sosial, peristiwa yang terjadi ketika manusia berinteraksi dengan orang lain".

Sedangkan komunikasi yang kondusif adalah bagaimana proses penyampaian pesan yang dilakukan oleh komunikator dapat dimengerti oleh komunikan. Hal ini sejalan dengan pendapat Hafied Cangara (1998:10) yang menyatakan bahwa, "komunikasi merupakan pengiriman dan penerimaan pesan antara dua orang atau lebih dengan cara yang tepat, sehingga pesan yang disampaikan mudah dipahami.

Berdasarkan definisi-definisi menurut para ahli tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa komunikasi dapat diartikan sebagai suatu proses menyampaikan pesan baik dalam bentuk lisan-lisan yang bersifat verbal dan non verbal dari komunikator kepada komunikan. Dalam hal ini antara mahasiswa dengan dosen, mahasiswa dengan mahasiswa dalam proses pembelajaran.

2. Unsur-Unsur Komunikasi

Selanjutnya Hardjana (2003:35) merinci unsur-unsur yang terdapat didalam proses berkomunikasi, antara lain:

1. Pengirim pesan, adalah sumber berita yang berinisiatif menciptakan komunikasi.
2. Pesan, adalah informasi berupa penjelasan baik lisan maupun tulisan dapat pula berupa sandi.
3. Media, adalah cara penyampaian pesan dari pihak pengirim kepada pihak penerima berita seperti surat, laporan, bagan, grafik dan sebagainya.
4. Penerima pesan, adalah orang yang menerima informasi oleh pengirim pesan.
5. Umpan balik, adalah informasi yang dikirimkan kembali kepada sumbernya.
6. Efek, adalah hasil yang dicapai dari sebuah proses komunikasi, yang dilakukan oleh dua orang atau lebih.

Proses penyampaian pesan atau informasi sangat tergantung penguasaan materi, fakta dan bagaimana cara menyampaikan gagasan, ide atau konsep dari seseorang kepada orang lain. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa komunikasi itu selalu melibatkan kedua belah pihak secara dinamis. Proses penyampaian informasi dari komunikator kepada komunikan akan terjadi apabila ditandai dengan adanya reaksi.

3. Tujuan Komunikasi

Manusia sebagai makhluk sosial membutuhkan hubungan atau komunikasi dengan manusia lainnya, dan secara alami mempunyai dorongan-dorongan, seperti ingin tahu, dan mengaktualisasikan diri. Dalam kaitan ini tujuan dari komunikasi adalah sebagai pemenuhan dorongan-dorongan manusia tersebut (Bimo Walgito, 2003:65).

Menurut Widjaja (2002:62) ada tiga tujuan komunikasi dalam proses belajar mengajar, yaitu:

- a. Untuk merubah pengetahuan (*knowledge*) komunikan. Dalam penyampaian pesan, diharapkan terjadinya perubahan pengetahuan komunikan, misalnya: dari tidak tahu menjadi menjadi tahu, dari tidak berpengetahuan menjadi memiliki pengetahuan dan sebagainya.
- b. Untuk merubah sikap (*attitude*) komunikan. Dalam pemberian pesan diharapkan timbulnya perubahan sikap. Misalnya: sikap positif atau sikap yang sesuai dengan yang diharapkan oleh masyarakat dari seseorang yang terpelajar.
- c. Untuk merubah tingkah laku (*behaviour*) komunikan. Dalam pemberian pesan diharapkan terjadinya perubahan tingkah laku kearah yang positif.

Sementara itu Joseph A. Devito (1995:15) menyatakan

komunikasi mempunyai beberapa tujuan, antara lain:

- a. Tujuan komunikasi yang pertama adalah untuk belajar memahami diri sendiri, orang lain, bahkan tentang dunia. Melalui kegiatan komunikasi dengan orang lain, kita bisa mengetahui siapa dia juga bisa mengetahui pendapat dia tentang kita sehingga kita menjadi tahu seperti apa kita. Semakin banyak kita berkomunikasi dengan orang lain semakin banyak mengenal orang dan semakin kita juga mengenal diri sendiri.
- b. Tujuan komunikasi yang kedua adalah dengan berkomunikasi kita membangun suatu ikatan (*relationship*). Melalui komunikasi kita dapat berkenalan dengan orang lain. dan dengan komunikasi yang efektif dan intensif bisa membangun dan memelihara persahabatan.
- c. Tujuan komunikasi yang ketiga adalah untuk mempengaruhi sikap dan perilaku orang lain. Dalam hal ini kegiatan komunikasi ditujukan untuk mempengaruhi dan membujuk agar orang lain memiliki sikap, pendapat, atau perilaku yang sesuai dengan tujuan kita.
- d. Tujuan komunikasi yang keempat adalah untuk hiburan atau menenangkan diri sendiri. Tanpa kita sadari telah banyak komunikasi yang kita lakukan dengan orang lain yang sepertinya tidak jelas, hanya sekedar mengobrol kesana kemari, sekedar melepas kelelahan, sepertinya ini hal sepele, tapi komunikasi seperti itu juga penting bagi keseimbangan emosi dan kesehatan mental.
- e. Tujuan komunikasi yang kelima adalah untuk membantu orang lain. Hal ini terjadi misalnya antara konselor dengan klien, d atau kita yang sedang mendengarkan teman curhat. Proses komunikasi yang demikian merupakan bentuk komunikasi yang bertujuan untuk menolong orang lain memecahkan masalah yang dihadapinya dengan bertukar pikiran. Sehingga baik konsultan maupun klien bisa mengakhiri proses komunikasinya dengan lega dan menyenangkan.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dalam proses terjadinya komunikasi adanya pesan-pesan yang disampaikan komunikator, adakalanya bertujuan untuk pemenuhan pada diri komunikan, misalnya komunikasi yang dilakukan oleh mahasiswa.

4. Manfaat Komunikasi

Komunikasi sangat penting bagi kebahagiaan hidup kita. Jhonson (A.Supraktiknya, 1995:9) menunjukkan beberapa manfaat yang diberikan oleh komunikasi dalam rangka menciptakan kebahagiaan hidup manusia, yaitu:

- a. Membangun perkembangan intelektual dan sosial individu.
- b. Membentuk identitas atau jati diri individu, melalui komunikasi dengan orang lain.
- c. Dalam rangka memahami realitas disekeliling individu serta menguji kebenaran kesan-kesan dan pengertian yang dimiliki individu tentang dunia disekitarnya (pembanding sosial).
- d. Menentukan kualitas komunikasi atau hubungan individu dengan orang lain.

5. Keterampilan Komunikasi

Keterampilan dalam berkomunikasi merupakan salah satu keterampilan proses yang berkaitan dengan kemampuan mahasiswa dalam menyampaikan atau menerima gagasan, ide, agar lebih efektif. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan Permasih (2005:15) dalam penelitiannya yang menyatakan bahwa, "keterampilan komunikasi merupakan kemampuan untuk menggali informasi sebanyak-banyaknya dan menyampaikan informasi baik secara lisan maupun tulisan yang disajikan dalam bentuk grafik, chart, tabel, gambar dan lain sebagainya.

Sementara itu Mulyadiana (2000:11) mengemukakan bahwa keterampilan komunikasi adalah kemampuan seorang komunikator menyampaikan sebuah pesan secara konsisten kepada komunikan, yaitu: kemampuan verbal, vokal (intonasi) dan visual (gerak tubuh dan mimik).

Keterampilan komunikasi merupakan kemampuan seorang individu untuk melakukan komunikasi yang efektif dengan orang lain (interpersonal). Sehingga individu yang terlibat dalam proses komunikasi merasa senang, sehingga mendorong tumbuhnya sikap saling terbuka (Jalaludin Rakhmat, 1992:13-14). Kemampuan yang dimiliki individu dalam berkomunikasi akan menciptakan hubungan interpersonal yang hangat dan menyenangkan serta memungkinkan dirinya untuk menjalin hubungan yang bermakna dan memuaskan dengan orang lain.

Mengacu kepada karakteristik komunikasi interpersonal yang efektif menurut Josep A. Devito (1995:227-231), maka dalam penelitian ini aspek-aspek keterampilan komunikasi yang akan diungkap meliputi:

a. Keterbukaan

Yaitu kemampuan untuk membuka diri pada orang lain, menghilangkan sikap tertutup terhadap masukan-masukan yang datangnya dari orang lain. Keterbukaan juga mengakui perasaan dan pikiran yang diungkapkan adalah milik sendiri dan bertanggung jawab atasnya.

A. Supraktiknya (1995:14) mengartikan keterbukaan diri sebagai bentuk membagikan perasaan kepada orang lain terhadap sesuatu yang telah dilakukan atau dikatakan terhadap kejadian-kejadian yang baru saja disaksikan.

Secara psikologis, apabila individu mau membuka diri kepada orang lain, maka orang lain yang diajak berbicara akan merasa aman dalam melakukan komunikasi yang akhirnya akan membuat orang lain tersebut akan turut membuka diri.

b. Empati

Adalah kemampuan seseorang untuk menempatkan dirinya pada posisi atau peranan orang lain. Seseorang secara emosional maupun intelektual mampu memahami apa yang dirasakan dan dipikirkan dari sudut pandang orang lain tersebut.

Individu yang dapat menempatkan diri dalam dalam suasana perasaan, pikiran dan keinginan orang lain sedekat mungkin dalam proses komunikasi maka suasana hubungan komunikasi akan dapat berkembang dan tumbuh sikap saling pengertian dan penerimaan.

c. Sikap Mendukung

Adalah kemampuan untuk berpikiran terbuka, bersedia mendengar pandangan yang berlawanan serta bersedia mengubah pendapat dan keyakinan apabila keadaan mengharuskan.

Dalam proses komunikasi diperlukan sikap memberi dukungan dari pihak komunikator agar komunikan mau berpartisipasi dalam komunikasi. Dukungan merupakan pemberian dorongan atau pengobaran semangat kepada orang lain, sehingga dengan adanya dukungan dalam situasi tersebut komunikasi akan tercipta dengan tahan lama.

d. Sikap Positif

Sikap positif adalah kecenderungan seseorang untuk mampu bertindak berdasarkan penilaian yang baik tanpa rasa bersalah yang berlebihan, menerima diri sendiri sebagai orang yang penting dan bernilai bagi orang lain, memiliki keyakinan atas kemampuannya untuk mengatasi persoalan.

e. Kesetaraan (*Equality*)

Adalah kemampuan untuk mengakui kedua belah pihak yang terlibat komunikasi sama-sama bernilai dan saling menghargai keberadaan satu sama lain, serta menjadikan konflik sebagai upaya untuk saling memahami.

Kesetaraan merupakan perasaan sama dengan orang lain, sebagai manusia tidak tinggi atau rendah, walaupun terdapat perbedaan dalam kemampuan tertentu. Rakhmat (1998:17) mengemukakan bahwa kesetaraan adalah sikap memperlakukan orang lain secara horizontal dan demokratis, tidak menunjukkan diri lebih baik dari orang lain. Dalam persamaan tidak

mempertegas perbedaan, tidak menggurui, artinya mengkomunikasikan penghargaan dan rasa hormat pada perbedaan pendapat yang akhirnya proses komunikasi akan berjalan lancar.

B. Kecemasan Berbicara di Depan Umum

1. Pengertian kecemasan berbicara di depan umum

Kecemasan merupakan manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur aduk tatkala seseorang yang sedang mengalami tekanan perasaan dan pertentangan batin atau konflik. *Anxiety* atau kecemasan adalah rasa takut yang timbul karena adanya ancaman sehingga seseorang akan menghindar (Zakiah Drajat, 1990:28). Sedangkan Atkinson (1996:212) mengartikan "Kecemasan adalah sebagai emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut, yang kadang-kadang di alami dalam tingkat yang berbeda-beda". Kartini (2001:22) mengemukakan bahwa, "Kecemasan adalah rasa takut yang menyerang individu disebabkan oleh adanya bayangan dari pengalaman buruk yang terjadi dimasa lampau".

Berbicara di muka umum adalah suatu perluasan dari percakapan biasa yang melibatkan dua individu atau lebih, dalam situasi tersebut, ada orang yang berbicara (*speaker*) dan yang lain mendengarkan (*listener*) dan biasanya bertemu muka (Joseph A. Devito, 1995:361).

Jadi dapat disimpulkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum adalah suatu keadaan tidak nyaman pada diri individu, ketika berada dalam situasi berbicara di depan banyak orang sehingga

mengakibatkan gemetar, detak jantung lebih cepat, gugup, sulit berkonsentrasi, dalam hal ini rasa takut yang dialami setiap individu dalam tingkat yang berbeda-beda.

2. Faktor-faktor penyebab kecemasan berbicara di depan umum

Kecemasan berbicara di depan umum dipengaruhi oleh berbagai macam hal. Beberapa ahli menghubungkan kecemasan berbicara di depan umum dengan karakteristik kepribadian individu. Natalie Rogers (2004) meyakini bahwa yang sangat berpengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum adalah pola pikir yang keliru. Seseorang yang hendak berbicara di depan umum berpikir bahwa dirinya sedang diadili, merasa bahwa penampilan dan gerak-geriknya sedang menjadi perhatian banyak orang. Sependapat dengan Natalie Rogers, Rahayu dkk (2004) menyatakan bahwa kecemasan berbicara di depan umum disebabkan oleh pikiran-pikiran negatif dan tidak rasional.

Collins 1983 (dalam Norita, 2010:20) mengemukakan bahwa faktor-faktor penyebab timbulnya kecemasan berbicara di depan umum ada empat hal, yaitu:

- 1). Keinginan yang besar untuk berhasil
Setiap pembicara ingin mencapai tujuan atau sasaran yang telah ia tetapkan. Namun, efektivitas berbicara di muka umum tidak sepenuhnya berada di bawah kontrol pembicara. Hadirin dan hal-hal lain di sekitar pembicara turut menentukan efektivitas tersebut. Semakin besar keinginan pembicara untuk berhasil, semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dialaminya.
- 2). Perasaan atau gambaran diri sebagai pembicara yang kurang terampil.

Berbicara di muka umum menuntut dimilikinya keterampilan tertentu, seperti misalnya keterampilan berkomunikasi. Bila kesempatan yang dimiliki dianggap kurang memadai, timbullah perasaan tidak berharga, tidak pasti, dan sebagainya dalam menghadapi hadirin. Perasaan itu selanjutnya menyebabkan timbulnya kecemasan dalam diri individu.

3). Evaluasi.

Keadaan komunikasi dimana individu diberikan penilaian atau evaluasi dari proses komunikasinya tersebut akan cenderung menimbulkan perasaan cemas pada individu.

4). Keberhasilan dan kegagalan dimasa lalu

Kecemasan yang timbul karena adanya pengaruh dari hal-hal yang terjadi di masa lalu berkaitan dengan situasi komunikasi. Keberhasilan individu dalam situasi komunikasi akan mengurangi kecemasan pada individu, sebaliknya kegagalan dalam situasi komunikasi akan meningkatkan kecemasan individu dalam suasana berkomunikasi.

Dari penjelasan menurut para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan berbicara didepan umum antara lain, pola pikir yang keliru, keterampilan komunikasi yang rendah, pengalaman individu.

3. Gejala-gejala kecemasan berbicara di depan umum

Individu yang mengalami kecemasan seringkali tidak mau mengakui bahwa dirinya cemas, tetapi jika diamati dapat disimpulkan bahwa ia mengalami kecemasan.

Menurut Natalie Rogers (2004:20) orang yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum ditandai dengan tiga gejala, yaitu:

1. Gejala fisik

Biasanya dirasakan jauh sebelum memulai pembicaraan. Gejala tersebut dapat berbeda pada setiap orang. Beberapa contoh gejala fisik yang

dimaksud adalah detak jantung yang semakin cepat, suara yang bergetar, kaki yang gemetar, kejang perut, sulit bernapas, dan berkeringat.

2. Gejala proses mental
Misalnya sering mengulang kata atau kalimat, hilang ingatan secara tiba-tiba sehingga sulit mengingat fakta secara tepat dan melupakan hal-hal yang penting. Selain itu juga tersumbatnya pikiran sehingga membuat individu yang sedang berbicara tidak tahu apa yang akan diucapkan selanjutnya.
3. Gejala emosional,
Yang termasuk komponen emosional adalah adanya rasa tidak mampu, rasa takut yang biasa muncul sebelum individu tampil, dan rasa kehilangan kendali. Biasanya secara mendadak muncul perasaan tidak berdaya seperti tidak mampu mengatasi masalah, munculnya rasa panik, dan rasa malu setelah berakhirnya pembicaraan.

Jadi individu yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum dapat ditandai dari tiga komponen, yaitu: gejala fisik, gejala proses mental dan gejala emosional.

C. Hubungan antara Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Kecemasan berbicara di di depan umum diartikan sebagai kondisi individu yang tidak nyaman ketika menghadapi situasi berbicara di depan banyak orang dikarenakan adanya pikiran-pikiran negatif tentang situasi tersebut yang ditunjukkan melalui gejala fisiologis, psikologis dan kognitif (Devito, 1997:373). Kecemasan yang muncul pada situasi berbicara di depan umum menyebabkan keengganan untuk membuka diri.

Menurut teori kognitif kecemasan itu timbul bukan karena sesuatu aktivitas atau kejadian yang mengancam melainkan pada persepsi individu

akan ketidakmampuannya dalam mengatasi masalah yang menjadi dasar kecemasan (John dalam Norita, 2010:31).

Kecemasan berbicara di muka umum sering terjadi dikalangan mahasiswa. Kebanyakan mahasiswa mengalami hal seperti ini ketika mereka harus berbicara dalam forum diskusi, melakukan presentasi di depan kelas. Individu menyatakan kecemasan secara fisik seperti bicara tidak jelas, jantung berdebar, wajah merah, dan berbicara tidak terkontrol.

Salah satu hal yang diduga menyebabkan kecemasan berbicara di muka umum pada mahasiswa adalah keterampilan komunikasi. Keterampilan komunikasi adalah kemampuan seseorang untuk mentransmisikan atau menyampaikan perasaan atau informasi yang berupa ide-ide atau gagasan-gagasan baik secara tepat dan lancar.

Kemampuan komunikasi yang baik dapat membuat individu tampil dengan kepercayaan diri yang lebih. Hal ini disebabkan karena individu mampu berkomunikasi secara verbal dan non verbal dengan efektif. Mampu berbincang dengan memakai logika secara fasih, serta dapat membaca dan memanfaatkan bahasa tubuh orang lain. Kemampuan berkomunikasi ini bila dipadukan dengan sikap tegas dapat mengurangi perilaku pasif, perasaan takut dalam bergaul, dan lancar tampil di depan banyak orang yang bermanfaat untuk mendapatkan keberhasilan dalam hidup dan hubungan sosial.

D. Kerangka Konseptual

Agar penelitian ini dapat terarah sesuai dengan tujuan yang dimaksud, maka dibuat kerangka konseptual yang dapat menuntun pemikiran dalam mengembangkan kegiatan mengungkapkan penelitian ini. Adapun kerangka konseptual yang dimaksud adalah sebagai berikut:

Gambar 1: Kerangka Konseptual Hubungan antara Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP Angkatan 2011



Berdasarkan kerangka konseptual terdapat hubungan antara variabel Keterampilan Komunikasi X dengan variabel Kecemasan Berbicara di Depan Umum keduanya mempunyai hubungan yang berbanding terbalik. Maksudnya semakin tinggi keterampilan komunikasi mahasiswa, maka kecemasan berbicara di depan umum semakin rendah. Sebaliknya semakin rendah keterampilan komunikasi mahasiswa maka kecemasan berbicara di depan umum semakin tinggi.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan hasil pengujian yang dilakukan pada mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011 dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Pada umumnya keterampilan komunikasi mahasiswa berada pada kategori rendah. Dengan demikian, hanya sebahagian kecil mahasiswa yang memiliki keterampilan komunikasi pada kategori tinggi.
2. Pada umumnya kecemasan berbicara mahasiswa berada pada kategori tinggi. Dengan demikian, hanya sebahagian kecil mahasiswa yang memiliki kecemasan berbicara di depan umum pada kategori rendah.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara keterampilan komunikasi dan kecemasan berbicara di depan umum dengan r hitung sebesar $-0,785$ pada taraf signifikansi $0,001$ atau tingkat kepercayaan 99% dengan tingkat hubungan kuat. Tanda korelasi menunjukkan arah negative. Artinya semakin tinggi keterampilan komunikasi yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah kecemasan berbicaranya di depan umum, sebaliknya semakin rendah keterampilan komunikasi yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi kecemasan berbicaranya di depan umum.

B. Saran

1. Temuan penelitian pertama menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki keterampilan komunikasi dalam kategori rendah. Keterampilan komunikasi yang dimiliki mahasiswa harus dikembangkan dan ditingkatkan lagi. Diharapkan kepada mahasiswa untuk dapat meningkatkan keterampilan komunikasi dengan latihan, membangun persepsi positif kepada diri sendiri, menumbuhkan keterbukaan, kejujuran dan kepercayaan pada orang lain dalam berkomunikasi.
2. Temuan penelitian kedua menunjukkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa berada pada kategori cukup tinggi. Agar kecemasan mahasiswa dapat menjadi rendah disarankan kepada mahasiswa agar dapat membiasakan diri untuk tampil berbicara di depan umum serta mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individual secara intensif berkenaan dengan upaya mengurangi kecemasan mahasiswa berbicara di depan umum.
3. Kepada peneliti selanjutnya, disarankan untuk meneliti faktor –faktor penyebab kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa selain dari faktor keterampilan komunikasi, seperti kompetensi sosial, konsep diri , harga diri, dan penerimaan diri.

KEPUSTAKAAN

- A. Muri Yusuf. 2005. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press.
- A. Supratiknya. 1995. *Komunikasi Antarpribadi Tinjauan Psikologis*. Yogyakarta: Kanisius.
- A.G. Lunandi. 1993. *Pendidikan Orang Dewasa*. Jakarta: Gramedia Indonesia.
- Alo Liliweri. 1997. *Komunikasi Antar Pribadi*. Bandung: Citra Aditya Bakti.
- Apollo. 2007. Hubungan antara Konsep Diri dengan Kecemasan Berkomunikasi Secara Lisan pada Remaja. *Manasa* . Vol 1, No 1, Juni 2007 (17-32). (online).<http://www.pdf-search-engine.com/kecemasan-berkomunikasi-pdf.html>. Tanggal Akses 2 April 2012.
- Atkinson. 1996. *Pengantar Psikologi Jilid II*. Jakarta: Erlangga.
- Depdikbud. 1996. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka.
- Deddy Mulyana. 2001. *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar*. Bandung: Rosdakarya.
- Fakultas Ilmu Pendidikan. 2007. *Pedoman Akademik 2007/2008*. Padang:UNP.
- Fuad Nashori. 2008. *Psikologi Islami, Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologi*. Jogjakarta: Pustaka Pelajar.
- Gusti Kamal. 2006. *Kontribusi Sikap Kreatif dan Keterampilan Berkomunikasi Terhadap Kinerja Guru SMA Negeri Painan*. Tesis. Tidak diterbitkan.UNP.
- H. A. W. Widjaja. 2002. *Ilmu Komunikasi Pengantar Studi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hall.S. Calvin dan Lindzey G. 1993. *Teori-teori Psikodinamik (Klinis)*. Alih Bahasa: A.Supratiknya. Yogyakarta: Kanisius.
- Hafied Cangara. 1998. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Jalaluddin Rakhmat. 1992. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Joseph. A. Devito. 1997. *Komunikasi Antarmanusia*. Alih Bahasa Agus Maulana. Jakarta: Professional Books.

- Karti. 1993. *Komunikasi Pembelajaran: Peran dan Keterampilan Berkomunikasi Guru-Dosen Dalam pembelajaran*. Surabaya: SIC.
- M.A. Hardjana. 2003. *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Kanisius.
- Miftahul Hayati. 2009. *Hubungan Antara Kecemasan Berkomunikasi dengan Kompetensi Sosial Mahasiswa Program Studi Psikologi UNP*. Skripsi. Tidak diterbitkan. FIP-UNP.
- Mohammad Surya. 2006. *Psikologi dan Pengajaran*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Mulyadiana. 2000. *Kemampuan Berkomunikasi Siswa Madrasah Aliyah Melalui Pembelajaran Kooperatif Pada Konsep Sistem Reproduksi Manusia*. Tesis. UPI. Tidak Diterbitkan.
- Nana Sudjana. 2000. *Metode Statistik*. Bandung: Tarsito.
- Natalie Rogers. 2004. *Berani Bicara di Depan Publik Cara Cepat Berpidato*. Alih Bahasa Lala Herawati. Bandung: Nuansa
- Norita Roza. 2010. *Hubungan Harga Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan*. Skripsi. Tidak diterbitkan. FIP-UNP.
- Permasih. 2004. *Media Komunikasi Pembelajaran*. (online). <http://www.pdf-search-engine.com/Media-Komunikasi-Pembelajaran-pdf.html>. Tanggal Akses 2 April 2012.
- Riduwan. 2005. *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Saifuddin Azwar. 2004. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sarafino, E.P. 1994. *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction 2nd Edition*. New York: John Willey and Sons, Inc.
- Schneiders, A.A. 1964. *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holt Rineheart and Winston, Inc.
- Stewart L.Tubbs, Sylvia Moss.1996. *Human Communication: Kontek Komunikasi*. Pengantar Dedi Mulyan. Bandung: Rosada Karya
- Suharsimi Arikunto. 1998. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sudiyono. 2004. *Manajemen Pendidikan di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Suranto. A.W. 2011. *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Tarigan. 1981. *Berbicara Sebagai Suatu Keterampilan Berbahasa*. Bandung: Angkasa Raya.
- Udjana Onong Effendi. 1993. *Ilmu, Teori dan Filosofi Komunikasi*. Bandung: Citra Aditya Bakti.
- W.J.S Poerwadarminta. 2003. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- W.S. Winkel. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Gramedia Indonesia.
- Zakiah Drajat. 1990. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung.