

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam Ilmu komunikasi, rasa malu atau kecemasan tersebut dapat dikenal dengan *communication apprehension (CA)*, yaitu rasa cemas dengan tindak komunikasi yang sedang dilakukan dengan orang lain. Kecemasan dalam berkomunikasi ini dalam realitasnya merupakan suatu bentuk perilaku yang normal dan bukan menjadi persoalan yang serius bagi setiap individu, sepanjang individu tersebut mampu mereduksi *communication apprehension (CA)* yang dihadapinya, sehingga tingkat kecemasan-nya tidak mengganggu atau berpengaruh terhadap tindak komunikasinya yang dilakukannya.

Namun, apabila kecemasan tersebut sudah bersifat patologis, maka individu tersebut akan menghadapi permasalahan pribadi yang bersifat serius, seperti usaha untuk selalu menghindari berkomunikasi dengan orang lain atau di depan umum yang pada akhirnya akan mengarah pada ketidakinginan individu tersebut untuk berkomunikasi. Individu yang *aprehensif* (prihatin atau takut) di dalam berkomunikasi akan menghindar (menarik diri) dari pergaulan, berusaha sekecil mungkin untuk berkomunikasi, dan akan berbicara jika terdesak saja. Bila kemudian ia dipaksa untuk berkomunikasi, sering pembicaraanya tidak relevan dan orang dan orang lain pun tidak tertarik.

Jourdan dalam Apriyeni & Rozali (2021:264) mengemukakan berbicara di depan umum merupakan suatu bentuk dari sebuah interaksi dengan tujuan untuk menyampaikan informasi atau pesan yang dilakukan secara lisan maupun tulisan. Berbicara di depan umum pula dilakukan untuk saling bertukar ide dan gagasan antar individu atau kelompok. Namun, pada kenyataannya terdapat beberapa individu yang mengalami kesulitan dalam melakukan berbicara di depan umum, seperti tidak memiliki motivasi untuk melakukan berbicara di depan umum, merasa canggung ketika berhadapan dengan orang baru, dan kurang adanya dukungan dari lingkungannya, sehingga individu tersebut mengalami kecemasan dalam melakukan berbicara di depan umum.

Brown dalam Julianti, Harunasari & Nasution (2019:2) mengemukakan kecemasan adalah salah satu faktor afektif yang mempengaruhi kemampuan berbicara. Salah satu kendala utama yang harus diatasi oleh siswa dalam belajar berbicara adalah kecemasan. Kecemasan adalah perasaan gelisah, frustrasi, ragu-ragu, khawatir. Kecemasan merupakan ekspresi berlebihan pada tahap pertama dari respons stres tubuh.

Kecemasan berbicara di depan umum dapat dialami oleh semua orang tak terkecuali pada siswa di sekolah. Salah satu kompetensi yang harus dimiliki oleh siswa yaitu berbicara di depan umum, kemampuan berbicara di depan umum tersebutlah sangat penting bagi siswa agar dapat melakukan kegiatan atau aktivitas di sekolah. Siswa dituntut untuk mampu berbicara

didepan umum, menyampaikan pendapat, bertanya kepada guru, mempresentasikan tugas, melakukan diskusi kelompok, merupakan bentuk komunikasi yang dilakukan siswa di kelas dan kegiatan tersebut menuntut siswa untuk berbicara di depan umum. namun, pada kenyataannya tidak semua siswa dapat tampil dan berbicara dengan baik didepan umum. seperti ketidaknyamanan emosional, kesulitan berbicara di depan umum, bahkan cenderung kehabisan kata-kata, hingga mengalami kecemasan.

Rakhmat dalam Wahyuni (2015:56) mengatakan bahwa ketakutan untuk berbicara di depan umum dikenal sebagai *communication apprehension*. Orang yang *aprehensif* (prihatin atau takut) di dalam berkomunikasi akan menarik diri dari pergaulan, berusaha sekecil mungkin untuk berkomunikasi, dan akan berbicara jika terdesak saja. Bila kemudian ia terpaksa ber-komunikasi, sering pembicaraannya tidak relevan, sebab berbicara yang relevan tentu akan mengundang reaksi yang baik dari orang lain.

Orang-orang yang mengalami tidak terampil dalam berkomunikasi ini yang akan menjadi timbulnya kecemasan berbicara di depan umum, dia akan merasa bahwa orang tidak memberikan respon yang positif terhadap apa yang diucapkannya. Salah satu faktor dalam menentukan berbicara di depan umum adalah rasa percaya diri dan kemampuan yang dimiliki setiap

individu, percaya diri dan kemampuan individu sangat berkaitan erat dengan konsep diri.

Menurut Rini dalam Ihsan Mz (2018:5) konsep diri dapat didefinisikan sebagai keyakinan, pandangan dan penilaian seseorang terhadap dirinya. Seseorang dikatakan memiliki konsep diri negatif jika ia meyakini dan memandang bahwa dirinya lemah, tidak berdaya, tidak dapat berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, tidak menarik, tidak dapat dan kehilangan daya tarik terhadap hidup. Sebaliknya seseorang dengan konsep diri positif akan terlihat lebih optimis, percaya diri, dan selalu bersikap positif terhadap segala sesuatu.

Selain itu faktor konsep diri merupakan faktor yang sangat penting dalam terwujudnya komunikasi, karena individu yang mempunyai konsep diri positif akan mampu mengeluarkan segala sesuatu yang ada pada dirinya terutama dalam mengeluarkan pendapat, ide ataupun gagasan pada orang lain. Sebaliknya individu yang mempunyai konsep diri yang rendah atau negative umumnya memiliki ciri-ciri tidak percaya diri, penerimaan dirinya rendah, pesimis, peka terhadap kritik, harga dirinya rendah dan mudah cemas.

Pada pra penelitian ini peneliti juga terlebih dahulu melakukan observasi dan selanjutnya menyebarkan angket sederhana kepada 40 siswa yang dipilih secara acak dengan menggunakan item pernyataan. Adapun pernyataan yang diberikan dalam angket masih pernyataan umum mengenai pendapat mereka terkait kecemasan berbicara di depan umum. Berdasarkan 40

orang siswa yang di berikan angket sederhana diperoleh 70% dari siswa tersebut menyatakan bahwa ia berkeringat ketika berbicara di depan kelas dan 30% menyatakan tidak, sedangkan 27,5% dari mereka bisa berbicara santai ketika di depan kelas dan 72,5% menyatakan tidak, kemudian 75% dari mereka merasa gugup ketika teman-temannya memperhatikannya saat berbicara di depan kelas dan 25% menyatakan tidak, kemudian 75% dari mereka menyatakan bahwa saat berbicara di depan kelas suara nya terasa bergetar dan 25% menyatakan tidak, lalu 45% dari mereka mengatakan bahwa jantungnya terasa normal saat berbicara di depan kelas dan 55% menyatakan tidak. Rata-rata 29,5% siswa menjawab Ya dan 20,75% siswa menjawab Tidak.

Hasil observasi dan penyebaran kuesioner sederhana menunjukkan hasil yang bahwa siswa dan siswi mengalami kecemasan berbicara di depan umum(kelas) yang cukup kuat. Untuk semakin meminimalkan permasalahan kecemasan berbicara di depan umum oleh siswa, maka guru bimbingan dan konseling dapat memberikan upaya pencegahan dan pengentasan dengan pemberian layanan, seperti layanan informasi hingga konseling individual.

Selanjutnya peneliti melakukan wawancara dengan guru BK di SMA N 10 Kota Jambi, guru BK menyatakan bahwa adanya kecemasan saat berbicara di depan umum yang terjadi pada beberapa siswa di kelas Fase E. Pada umumnya banyak terjadi ketika di dalam kelas, yaitu sebagian besar siswa

mengalami kesulitan dalam menyampaikan tugasnya ke depan kelas padahal sebenarnya ia mampu ketika mengerjakannya.

Hasil wawancara bersama guru bk, guru bk mengatakan Tidak jarang sekali ada siswa yang diminta untuk maju ke depan kelas namun ketika di depan kelas ia hanya menunduk dan diam, takut juga malu jikalau berbicara suaranya bergetar. Jika diperhatikan dari setiap tugas yang diberikan siswa tersebut bisa mengerjakannya, namun ketika dihadapkan untuk maju ke depan kelas seakan ia tidak mampu. Setelah melakukan wawancara kepada guru BK yang dilakukan oleh peneliti, dimana peneliti menemukan adanya beberapa siswa yang mengalami kecemasan berbicara didepan umum melalui penyebaran angket kepada siswa kelas Fase E di SMA N 10 Kota Jambi dengan gejala seperti sulit mengemukakan pendapatnya, dan sering diam ketika sedang presentasi kelas, kurang lancar atau terlalu cepat ketika berbicara di depan orang banyak, dan juga ketika berbicara suara menjadi kurang keras karena takut salah dan malu, hal inilah yang menjadi siswa menjadi berpikir negatif dan merasa tidak percaya diri dan mudah cemas karena memiliki konsep diri negatif pada dirinya.

Beberapa hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum dipengaruhi konsep diri pada siswa.(hami, 2022), menunjukkan bahwa konsep diri dengan kecemasan

berbicara di depan umum memiliki hubungan yang signifikan pada siswa (Andi 2022).

Berdasarkan uraian yang di atas, menunjukkan bahwa Kecemasan Berbicara di Depan Umum siswa dapat dipengaruhi oleh Konsep Diri. maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh Konsep Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum di SMA N 10 Kota Jambi.

B. Batasan Masalah

Pada penelitian ini, peneliti akan membatasi masalah agar pembahasan pada penelitian ini terarah dan tidak keluar dari permasalahan yang ada, maka penelitian ini hanya membahas permasalahan tentang:

1. Konsep diri dalam penelitian ini adalah pandangan dan kesadaran siswa mengenai dirinya.
2. Kecemasan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah ketakutan dan perasaan tertekan ketika berada dihadapan banyak orang ketika berbicara di depan umum yang umumnya di kelas yaitu merasa tidak memiliki kemampuan yang baik ketika berbicara dan merasa akan mendapatkan penilaian yang buruk dari sekitarnya.
3. Penelitian ini hanya meneliti kepada siswa kelas X Fase E di SMA N 10 Kota Jambi.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Seberapa besar tingkat konsep diri pada siswa kelas X Fase E di SMA N 10 Kota Jambi?
2. Seberapa besar tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang terjadi pada siswa kelas X Fase E SMA N 10 Kota Jambi?
3. Apakah terdapat pengaruh konsep diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada siswa kelas X Fase E SMA N 10 Kota Jambi?

D. Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah di atas, maka dapat diketahui tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengungkapkan seberapa besar tingkat konsep diri pada siswa kelas X Fase E di SMA N 10 Kota Jambi.
2. Untuk mengungkapkan seberapa besar tingkat kecemasan berbicara didepan umum yang terjadi pada siswa kelas X Fase E di SMA N 10 Kota Jambi.
3. Untuk mengetahui pengaruh konsep diri terhadap kecemasan berbicara didepan umum pada siswa kelas X Fase E di SMA N 10 Kota Jambi.

E. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang telah dikemukakan, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat teoritik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan mengenai konsep diri dengan kecemasan berbicara didepan umum pada siswa di SMA N 10 Kota Jambi.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi Guru BK, Penelitian ini diharapkan dapat menjadi kajian dalam mengupayakan bantuan yang diberikan kepada siswa, terutama kepada siswa dengan konsep diri terhadap siswa yang memiliki kecemasan berbicara didepan umum.
- b. Bagi Peneliti, Penelitian ini dapat memberikan wawasan baru dan dapat dijadikan acuan sebagai bahan perbandingan dan penelitian selanjutnya.
- c. Bagi Peneliti selanjutnya, Penelitian ini diharapkan dapat ditindak lanjuti pada waktu dan tempat yang berbeda.

F. Assapan Dasar

Berdasarkan permasalahan yang sudah dikemukakan di atas maka penelitian ini didasari oleh asumsi berikut:

1. Konsep diri merupakan apa yang dipikirkan dan dirasakan individu terhadap dirinya sendiri.

2. Kecemasan berbicara di depan umum merupakan suatu keadaan tidak nyaman yang dialami seseorang pada saat berbicara di depan orang banyak.

G. Hipotesis Penelitian

Adapun hipotesis penelitian ini adalah terdapat Pengaruh konsep diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum di SMA N 10 Kota Jambi.

H. Defenisi Operasional

Dalam penelitian ini peneliti akan menjelaskan istilah-istilah yang digunakan dalam judul penelitian, sehingga terhindar dari kesalahan penafsiran, yaitu:

1. Konsep diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pandangan yang dimiliki seseorang mengenai dirinya,
2. Kecemasan berbicara didepan umum yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu perasaan takut dan perasaan tertekan yang timbul, ketika berbicara di depan umum yang umumnya di kelas.

I. Kerangka Konseptual

