

# HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNM YANG MENGIKUTI ORGANISASI DI KAMPUS

**Khusnul Fatimah**  
Universitas Negeri Makassar

**Widyastuti**  
Universitas Negeri Makassar

## **Abstract**

Self-confidence here plays a very important role in reducing the feeling of anxiety that arises when speaking both privately and when in front of many people. This research aims to determine the relationship between self-confidence and public speaking anxiety in UNM psychology students who participate in organizations on campus. The sample for this research was UNM Psychology students who participated in organizations on campus, totaling 111 people. This research uses two scales as measuring tools, namely the self-confidence scale and the public speaking anxiety scale which are structured based on aspects of Lauster's self-confidence and the components of public speaking anxiety based on Rogers' theory. Based on the results of the analysis, it was found that there was a significant negative relationship between self-confidence and public speaking anxiety,  $r = -0.838$  ( $p = 0.000$ ). The higher the level of self-confidence, the lower the level of anxiety about speaking in public. The implication of this research is that students who join organizations can increase their self-confidence well so they do not experience anxiety about speaking in public.

**Keywords** : Self-confidence, Speaking anxiety, Student organization

## **Abstrak**

Kepercayaan diri disini sangat berperan penting dalam mengurangi rasa cemas yang muncul ketika berbicara baik personal, maupun ketika sedang berada di depan orang banyak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa psikologi UNM yang mengikuti organisasi di kampus. Sampel penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi UNM yang mengikuti organisasi di kampus yang berjumlah 111 orang. Penelitian ini menggunakan dua buah skala sebagai alat ukur, yaitu skala kepercayaan diri dan skala kecemasan berbicara di depan umum yang disusun berdasarkan aspek-aspek kepercayaan diri Lauster dan komponen kecemasan berbicara di depan umum berdasarkan teori Rogers. Berdasarkan hasil analisa ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum,  $r = -0,838$  ( $p = 0,000$ ). Semakin tinggi tingkat kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum, begitu pula sebaliknya apabila semakin rendah kepercayaan diri semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum.

**Kata kunci** : Kecemasan berbicara, Kepercayaan diri, Mahasiswa berorganisasi

*Journal of Correctional Issues*  
2024, Vol.6 (2)  
Politeknik Ilmu  
Pemasyarakatan

*Review*  
26-01-2023

*Accepted*  
26-06-2024

## Pendahuluan

Pendidikan di perguruan tinggi merupakan pendidikan yang banyak ditempuh oleh masyarakat, dimana dalam perguruan tinggi disediakan berbagai organisasi di luar kegiatan belajar mengajar di kelas guna melatih mahasiswa dalam kecakapan, kepemimpinan, kemampuan dalam memecahkan masalah, berani berpendapat, serta sosialisasi dengan masyarakat (Palila, 2015). Sehingga dengan adanya organisasi mahasiswa memiliki wadah diluar kelas yang dapat melatih kemampuan yang dimiliki oleh mahasiswa termasuk kemampuan untuk berbicara di depan umum. Organisasi kemahasiswaan di dalam sebuah perguruan tinggi tentunya berorientasi pada hal-hal positif pada mahasiswa. Kegiatan organisasi juga dapat meningkatkan atau mengasah kelemahan yang dimiliki oleh mahasiswa sehingga menjadi sebuah kelebihan seperti, mahasiswa dapat melatih diri berbicara dengan tenang di depan forum (Komara, 2016).

Kegiatan organisasi merupakan salah satu modal persiapan mahasiswa untuk memasuki dunia kerja. Dalam hal ini mahasiswa diharapkan memperoleh pengalaman melalui kegiatan berorganisasi dalam berbagai hal termasuk pengalaman berbicara di depan umum. Keterlibatan siswa dalam organisasi berdampak pada seberapa banyak pengetahuan yang dipelajari siswa. Siswa yang berpartisipasi dalam organisasi akan memiliki pengalaman berbicara dan berbagi pendapat, sehingga akan meningkatkan kepercayaan diri mereka (Zendrato dan Laia, 2018).

Mahasiswa memiliki tuntutan untuk bisa melakukan aktivitas berbicara di depan umum atau *public speaking*. *Public speaking*

merupakan salah satu kemampuan sosial penting yang berhubungan dengan kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain secara efektif dan sesuai (Tarsinuh dan Juidah, 2021). Ada beberapa indikator dalam kemampuan berbicara di depan umum yaitu: kemampuan melakukan presentasi, penggunaan *gesture* (gerak tubuh), kemampuan berkonsentrasi, mampu mengatasi kegugupan dan demam panggung memiliki pengalaman dalam *public speaking* serta berlatih, memiliki kosa kata yang luas, serta kemampuan untuk mengendalikan emosi seperti rasa cemas, panik, dan rasa takut (Khoriroh, 2018).

Berbicara di depan umum bukanlah hal yang gampang dilakukan sebab mayoritas orang atau mahasiswa merasakan kecemasan saat berbicara di depan umum. Mahasiswa terkadang merasa gugup saat ingin menuangkan isi pikirannya secara lisan, seperti dalam diskusi kelompok, bertanya kepada dosen, atau ketika harus mempresentasikan tugas di depan kelas. Kondisi ini ditandai dengan rasa takut berbicara dan berinteraksi dengan orang lain. Kondisi ini dapat mempengaruhi kualitas hidup dan fungsi serta hubungan individu dengan masyarakat. Beberapa faktor kecemasan berbicara di depan umum menyebabkan mereka yang terlibat untuk melindungi alam bawah sadar, penglihatan, pendengaran, sentuhan, dan hal-hal yang mempengaruhi kepercayaan diri mereka ketika berbicara di depan umum (Wahyuni, 2013).

Kecemasan berbicara di depan umum dipengaruhi oleh faktor dari diri sendiri misalnya kepercayaan diri, konsep diri, *self efficacy*, dan berpikir positif (Rahani, 2020). Kepercayaan diri tentunya tidak timbul dengan sendirinya perlu adanya proses interaksi sosial yang baik dan berlangsung terus-menerus. Salah

satu cara yang dapat dilakukan oleh mahasiswa dalam meningkatkan kepercayaan dirinya dalam berbicara di depan umum yaitu dengan mengikuti organisasi-organisasi kemahasiswaan baik internal maupun eksternal kampus. Dimana organisasi kemahasiswaan merupakan sarana mengembangkan diri mahasiswa sekaligus untuk meningkatkan kepercayaan diri serta membentuk kemampuan berbicara di depan umum yang baik (Dwi Nur Rahmadani dkk., 2021). Pendapat ini didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Saalino (2020) yang dilakukan pada mahasiswa STIKES Tana Toraja dimana didapatkan hasil bahwa mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang baik dan aktif dalam berorganisasi memiliki peluang yang besar memiliki kemampuan *public speaking* yang baik.

Fenomena lain juga biasa terjadi pada pengaruh faktor budaya yang dapat mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum. Jika mahasiswa dalam lingkup yang tidak membiasakan pola-pola perilaku berani berbicara di depan umum, maka kecemasan dapat terjadi ketika mereka melakukan interaksi dengan orang lain ataupun ketika diminta untuk mengungkapkan pendapat di depan kelas karena tidak memiliki kebiasaan atau pengalaman seperti itu. Hal ini berbeda dengan mahasiswa yang aktif mengikuti organisasi kemahasiswaan, mereka akan terlihat lebih berani dan berpengalaman dalam berbicara di depan umum karena individu yang berada dalam organisasi tersebut dituntut untuk lebih sering melakukan komunikasi dan bertukar pikiran (Rahani, 2020).

Mahasiswa yang mengikuti organisasi di kampus akan memiliki kemampuan berbicara di depan umum dengan baik dan berpengalaman. Kondisi

tersebut merupakan salah satu fungsi organisasi kemahasiswaan yang dijelaskan dalam Keputusan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 155/U/1998 tentang pedoman umum organisasi kemahasiswaan di perguruan tinggi, yaitu komunikasi antar mahasiswa. Oleh karena itu, kecemasan berbicara di depan umum jarang terjadi pada mahasiswa yang berada di lingkungan seperti organisasi kemahasiswaan (Rahani, 2020).

Peneliti telah melakukan wawancara kepada salah satu mahasiswa yang mengikuti organisasi di kampus dan berkuliah di Kota Makassar pada tanggal 23 Maret 2023 dengan subjek berinisial F yang menyatakan:

*"Iye ikut ka organisasi di fakultas, ikut ka organisasi sekekar kek jadi ka team hore-horenya supaya rameji dan tidak terlalu aktifka juga. Ada, kayak tugas yang harus presentasi didepan kelas. Tapi begitumi kalo mauka maju toh dumba ma terus tidak pede ka, terus biasa kek mules kurasa padahal dari malamnya itu sudah ma pelajari materiku"*

Berdasarkan hasil wawancara kepada salah satu mahasiswa yang mengikuti organisasi dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tersebut merasa gugup saat berbicara di depan umum seperti, ketika mahasiswa tersebut melakukan presentasi di depan kelas. Hal pertama yang dirasakan oleh subjek tersebut adalah tegang dan tiba-tiba sakit perut.

Peneliti juga melakukan *survey* pada tanggal 9 April 2023 menggunakan kuesioner pada 54 mahasiswa UNM yang dimana mahasiswa Fakultas Psikologi sebanyak 5 orang merasakan kecemasan berbicara di depan umum dan satu orang menjawab tidak, mahasiswa Fakultas Teknik sebanyak 3 orang merasakan kecemasan berbicara dan 3 orang lainnya

menjawab tidak, mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial sebanyak 4 orang merasakan kecemasan berbicara dan 2 orang lainnya menjawab tidak, mahasiswa Fakultas Bahasa dan Sastra 3 orang merasakan kecemasan berbicara dan 3 orang lainnya menjawab tidak, mahasiswa Fakultas Seni dan Desain 4 orang merasakan kecemasan berbicara dan 2 orang lainnya menjawab tidak, mahasiswa Fakultas MIPA 4 orang merasakan kecemasan berbicara dan 2 orang lainnya menjawab tidak, mahasiswa Fakultas Ekonomi 2 orang merasakan kecemasan berbicara dan 4 orang lainnya menjawab tidak, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan 4 orang merasakan kecemasan berbicara dan 2 orang lainnya menjawab tidak, dan yang terakhir adalah mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan 3 orang merasakan kecemasan berbicara dan 3 orang lainnya menjawab tidak.

Berdasarkan hasil *survey* diatas menunjukkan bahwa 59,25% atau 32 orang menjawab pernah merasakan kecemasan berbicara dan 40,74% atau sebanyak 22 orang menjawab tidak pernah merasakan kecemasan berbicara. Respon fisik yang dirasakan ketika mengalami kecemasan berbicara di depan umum yaitu seperti tangan dan kaki gemetar, badan berkeringat, gelisah, gugup, dan perut mules. Salah satu penyebab individu mengalami kecemasan ketika berbicara di depan umum antara lain yaitu tidak dapat menyampaikan pesan dengan baik, kurang persiapan, takut salah bicara, takut berhadapan dengan orang banyak sehingga merasa terintimidasi, kurang memahami materi dengan baik, dan kurang percaya diri.

Berbicara pada umumnya memerlukan keterampilan untuk dapat memahami, dan mempengaruhi orang yang mendengarnya. Keterampilan berbicara di depan umum didukung oleh

tingginya rasa percaya diri seseorang. Kepercayaan diri adalah sebuah keyakinan dalam diri seseorang pada keterampilan dan kemampuan yang ada pada dirinya (Alawiyah dkk., 2022).

Mengasah kepercayaan diri dengan berbicara di depan umum juga tidaklah mudah, seseorang harus mampu menguasai keadaan sehingga tidak terlihat cemas atau gugup ketika sedang berbicara di depan orang banyak (Amir dan Witriani, 2019). Oleh karena itu, rasa percaya diri harus ditanamkan sejak dini, tidak hanya di sekolah, tetapi juga di lingkungan keluarga dan masyarakat (Setyaji, 2021).

Kepercayaan diri sangat penting bagi mahasiswa. Percaya diri adalah rasa yakin yang berasal dari dalam diri sendiri bahwa semua kemampuan, keterampilan, dan bakat berguna dalam segala hal yang kita lakukan. Dengan percaya diri, seseorang dapat mewujudkan semua kemungkinan yang dimiliki seseorang. Percaya diri adalah sikap positif seseorang bahwa ia bisa mengevaluasi dirinya secara positif, lingkungannya serta kondisi dan situasi yang dihadapinya (Alawiyah dkk., 2022).

### Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan dua variable yakni kepercayaan diri dan kecemasan berbicara di depan umum. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa UNM dan merupakan mahasiswa Fakultas Psikologi yang mengikuti organisasi di kampus.

Penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling*. *Accidental sampling* teknik pengambilan sampel secara kebetulan, artinya siapa saja yang bertemu dengan peneliti dan dapat

digunakan sebagai sampel penelitian. Karena populasi dalam penelitian ini tidak diketahui jumlahnya, maka rumus yang digunakan dalam penentuan sampel adalah rumus Lemeshow (Levy & Lemeshow, 2008), yaitu:

$$n = \frac{Z^2 p q}{d^2}$$

Ket:

n: Jumlah sampel

Z: Nilai tabel normal dengan  $\alpha$  tertentu ( $\alpha = 95\%$ )

p: Proporsi populasi yang tidak diketahui (0,5)

q: 1-p

d: Jarak pada kedua arah (10%)

sehingga, berdasarkan rumus Lemeshow, sampel yang digunakan dalam penelitian ini sejumlah 100 orang. Penelitian ini menggunakan skala likert, Dimana skala ini bertujuan untuk mengungkapkan masing-masing variabel.

**Hasil**

Hasil penelitian ini terdiri atas 111 mahasiswa psikologi UNM yang mengikuti organisasi di kampus, dimana jumlah partisipan laki-laki sebanyak 16 orang (14%) dan perempuan sebanyak 95 orang (86%). Mayoritas responden penelitian ini berada pada usia 20 tahun dengan jumlah sebanyak 43 orang (39%). Responden penelitian ini juga berasal dari enam organisasi yaitu BEM, FSI, Mapperwa, Marabunta, Psikogenenis, dan Psysport. Dibawah ini hasil analisis deksriptif data penelitian skala kepercayaan diri dan kecemasan berbicara.

**Tabel 1. Kategorisasi Skor Kepercayaan Diri**

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	<33	21	19%

Sedang	33-51	67	60%
Tinggi	51<	23	21%
<b>Total</b>			<b>100%</b>

Tabel 1 di atas menunjukkan bahwa responden dalam penelitian ini didominasi pada kategori sedang dengan persentase 60%. Analisis data di atas menunjukkan bahwa responden yang telah menjadi sampel penelitian memiliki tingkat kepercayaan diri yang sedang.

**Tabel 2. Kategorisasi Skor Kecemasan Berbicara**

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	<30	21	19%
Sedang	30-48	66	59%
Tinggi	48<	24	22%
<b>Total</b>			<b>100%</b>

Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa responden dalam penelitian ini lebih di dominasi kategori sedang dengan persentase 59%. Analisis data di atas menunjukkan bahwa responden yang telah menjadi sampel penelitian memiliki tingkat kecemasan berbicara yang sedang.

Penelitian ini menggunakan metode analisis korelasi *Spearman Rho* sebagai uji hipotesis.

**Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis**

Variabel	r	p	Ket
<b>Kepercayaan Diri</b>			
<b>Kecemasan Berbicara</b>			

Keterangan: \*p < 0,05, \*\*p < 0,00, \*\*\*p < 0,000

Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kepercayaan diri dan kecemasan berbicara di depan umum pada

mahasiswa psikologi UNM yang mengikuti organisasi di kampus ( $r = -0,838$ ;  $p = 0,000 < 0,05$ ). Sehingga hipotesis yang diajukan ( $H_a$ ) dalam penelitian ini diterima. Koefisien korelasi variabel kepercayaan diri dan kecemasan berbicara sebesar  $-0,838$ . Kekuatan hubungan antar dua variabel berada pada kategori sangat kuat.

Peneliti menggunakan analisis tambahan dengan teknik non parametrik *Maan-Whitney* untuk melihat apakah terdapat perbandingan kepercayaan diri dan kecemasan berbicara antara laki-laki dan perempuan dan menggunakan analisis tambahan *Kruskall-Wallis* untuk melihat apakah ada perbedaan kepercayaan diri dan kecemasan berbicara berdasarkan usia dan organisasi yang diikuti.

**Tabel 4.** Analisis tambahan perbedaan kepercayaan diri berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Mean Rank	N	p	Ket
Laki-laki	60,91	16	0,510	Tidak sig
Perempuan	55,17	95		

Tabel 4 di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada kepercayaan diri berdasarkan jenis kelamin ( $p = 0,510 > 0,05$ ), sehingga analisis tambahan ditolak. Hasil *mean rank* berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa kepercayaan diri laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan

**Tabel 5.** Analisis tambahan perbedaan kecemasan berbicara berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Mean Rank	N	p	Ket
---------------	-----------	---	---	-----

Laki-laki	55,78	16	0,977	Tidak sig
Perempuan	56,04	95		

Tabel 5 di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada kecemasan berbicara berdasarkan jenis kelamin ( $p = 0,977 > 0,05$ ), sehingga analisis tambahan ditolak. Hasil *mean rank* berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa kecemasan berbicara perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

**Tabel 6.** Analisis tambahan perbedaan kepercayaan diri berdasarkan usia

Usia	Mean Rank	N	p	Ket
18 tahun	54,44	17	0,878	Tidak sig
19 tahun	61,00	31		
20 tahun	53,20	43		
21 tahun	54,92	18		
22 tahun	61,75	2		

Tabel 6 di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada kepercayaan diri berdasarkan usia ( $p = 0,878 > 0,05$ ), sehingga analisis tambahan ditolak. Hasil *mean rank* berdasarkan usia menunjukkan bahwa responden yang berusia 22 tahun memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi dibandingkan dengan responden yang berusia 18-21 tahun.

**Tabel 7.** Analisis tambahan perbedaan kecemasan berbicara berdasarkan usia

Usia	Mean Rank	N	P	Ket
------	-----------	---	---	-----

18 tahun	63,35	17	0,282	Tidak sig
19 tahun	45,26	31		
20 tahun	59,14	43		
21 tahun	60,11	18		
22 tahun	55,50	2		

Tabel 7 di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada kecemasan berbicara berdasarkan usia ( $p = 0,282 > 0,05$ ), sehingga analisis tambahan ditolak. Hasil *mean rank* berdasarkan usia menunjukkan bahwa responden yang berusia 17 tahun memiliki tingkat kecemasan berbicara yang tinggi dibandingkan dengan responden yang berusia 19-21 tahun.

**Tabel 8.** Analisis tambahan perbedaan kepercayaan diri berdasarkan organisasi

Organisasi	Mean Rank	N	P	Ket
BEM	51,39	23	0,559	Tidak Sig
FSI	53,82	17		
Maperwa	70,50	15		
Marabunta	54,04	12		
Psikogenesis	52,03	18		
Psysport	56,79	26		

Tabel 8 di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada kepercayaan diri berdasarkan organisasi yang diikuti ( $p = 0,559 > 0,05$ ), sehingga analisis tambahan ditolak. Hasil *mean rank* berdasarkan organisasi menunjukkan bahwa responden yang mengikuti organisasi Maperwa memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi dibandingkan dengan

responden yang mengikuti organisasi lainnya.

**Tabel 9.** Analisis tambahan perbedaan kecemasan berbicara berdasarkan organisasi

Organisasi	Mean Rank	N	P	Ket
BEM	64,41	23	0,125	Tidak Sig
FSI	47,55	17		
Maperwa	38,77	15		
Marabunta	66,75	12		
Psikogenesis	59,89	18		
Psysport	56,31	26		

Tabel 9 di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada kecemasan berbicara berdasarkan organisasi yang diikuti ( $p = 0,125 > 0,05$ ), sehingga analisis tambahan ditolak. Hasil *mean rank* berdasarkan organisasi menunjukkan bahwa responden yang mengikuti organisasi Marabunta memiliki tingkat kecemasan berbicara yang tinggi dibandingkan dengan responden yang mengikuti organisasi lainnya.

**Pembahasan**

Hasil uji hipotesis dengan menggunakan korelasi *Spearman Rho* menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi antara kepercayaan diri dan kecemasan berbicara sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Dari hasil tersebut, maka hipotesis yang diajukan ( $H_a$ ) dalam penelitian ini diterima, yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa psikologi UNM yang mengikuti organisasi di kampus. Nilai koefisien korelasi menunjukkan nilai negatif yang berarti kepercayaan diri dan kecemasan

berbicara sebesar  $-0,838$  dan masuk dalam kategori sangat kuat.

Responden dalam penelitian ini berjenis kelamin laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 18-22 tahun. Dari hasil penelitian ditemukan bahwa mahasiswa organisasi yang berjenis kelamin laki-laki memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi sedangkan mahasiswa organisasi yang berjenis perempuan memiliki tingkat kecemasan berbicara yang tinggi. Hal tersebut didukung oleh penelitian Bunga Nurika (2016), terdapat perbedaan kepercayaan diri antara laki-laki dan perempuan, dimana laki-laki cenderung merasa lebih percaya diri karena sejak awal masa kanak-kanak sudah disadarkan bahwa peran pria memberi martabat yang lebih terhormat daripada peran wanita, sebaliknya perempuan dianggap lemah dan banyak peraturan yang harus dipatuhi.

Dari hasil penelitian juga ditemukan bahwa mahasiswa psikologi yang mengikuti organisasi di kampus yang berada pada rentang usia 18-22 tahun. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh bahwa mahasiswa yang berusia 22 tahun memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi dan mahasiswa yang berusia 17 tahun memiliki tingkat kecemasan berbicara yang lebih tinggi dibandingkan usia lain. Hal ini dikarenakan mahasiswa yang baru memasuki organisasi masih berusaha untuk melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan barunya sehingga mengalami kecemasan yang relatif lebih tinggi dibandingkan usia yang lainnya. Hal ini didukung oleh teori Iswidharmanjaya dkk (2004) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri dipengaruhi oleh usia dimana perbedaan usia pada usia remaja akan menentukan kematangan dari aspek perkembangannya sehingga akan

menghasilkan tingkat kepercayaan diri yang berbeda-beda pada setiap remaja.

Hasil analisis deksriptif data menunjukkan bahwa secara umum, mahasiswa psikologi yang mengikuti organisasi memiliki kepercayaan diri yang sedang. Hal tersebut menandakan bahwa mahasiswa yang mengikuti organisasi belum memiliki sikap atau keyakinan yang maksimal akan kemampuannya berbicara di depan umum, yakin pada diri bahwa dengan kemampuan jasmaniah dan akal budi yang dimilikinya, ia merasa mampu menghadapi situasi, mampu meraih apa saja yang diinginkan, direncanakan dan diusahakannya. Hal ini sejalan dengan teori aspek- aspek yang dikemukakan oleh Lauster (1992) yang mengemukakan bahwa keyakinan akan kemampuan diri, mampu secara sungguh-sungguh atas apa yang dilakukannya, optimis, dan bertanggung jawab.

Berdasarkan hasil analisis data, ditemukan bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang. Hal tersebut mengindikasikan bahwa ketika mahasiswa berbicara di depan umum mereka tidak selalu merasa cemas. Menurut Stuart (2006) individu yang mengalami kecemasan berbicara pada tingkat sedang lebih fokus pada hal yang dianggap penting dan mengesampingkan yang lain. Individu cenderung tidak perhatian secara selektif namun fokus pada area yang lebih luas. Artinya bahwa mahasiswa yang memiliki kecemasan berbicara pada kategori sedang ini akan mengalami kecemasan yang tinggi apabila dihadapkan pada tugas yang dianggap sulit. Ketika dosen memberikan tugas presentasi dengan materi yang sulit mahasiswa akan merasa cemas, sedangkan ketika tugas dianggap dapat

dilakukan dengan baik mereka tidak akan mengalami kecemasan yang berarti.

### Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini terdapat hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Serta korelasi nilai yang didapatkan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum  $r = -0,836$  berada pada rentang 0,80 – 1,000 yang berarti masuk pada kategori sangat kuat. Dengan begitu dapat dikemukakan bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum, begitu pula sebaliknya apabila semakin rendah kepercayaan diri semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum.

### Implikasi

Implikasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengikuti organisasi dapat meningkatkan rasa kepercayaan diri di dalam dirinya dengan baik agar tidak mengalami kecemasan berbicara di depan umum.

### Referensi

Alawiyah, D., Nurasmia, N., Asmila, N., dan Fatasyah, R. (2022). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa. *Retorika : Jurnal Kajian Komunikasi Dan Penyiaran Islam*, 4(2), 104–113. <https://doi.org/10.47435/retorika.v4i2.1201>

Amir, N. B., dan Witriani. (2019).

Gambaran Self-Esteem Berdasarkan Tingkat Communication Apprehension Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. *Journal of Psychological Science and Profession*, 3(1), 6. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v3i1.22795>

Dwi Nur Rahmadani, Anny Wahyuni, & Ekawarna. (2021). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kemampuan Public Speaking Pada Mahasiswa Pendidikan Sejarah Universitas Jambi. *Jurnal Randai*, 2(1), 22–33. <https://doi.org/10.31258/randai.2.1.p.22-33>

Gail W. Stuart. 2006. Buku Saku Keperawatan Jiwa. Alih Bahasa: Ramona P. Kapoh & Egi Komara Yudha. Jakarta: EGC.

<https://doi.org/10.1002/9780470374>

Iswidharmanjaya, Dery. 2004. Satu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri. Jakarta : Media Komputindo.

Khoriroh, N. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Keterampilan Berkomunikasi Terhadap Kemampuan Public Speaking Mahasiswa Program Studi Pendidikan Administrasi Perkantoran Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta. *Journal Student UNY*, 128-135.

<http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1120700020921110%0Ahttps://doi>

Komara, I. B. (2016). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa SMP. *Psikopedagogia Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 33. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v5i1.4474>

Lauster, P. (1992). *Tes Kepribadian*. ANS

- Sungguh Bersaudara.
- Levy, P. S., & Lemeshow, S. (2008). Sampling of Populations. In Sampling of Populations.
- Nurika, Bunga. (2016). *Hubungan antara Konsep Diri dengan Kepercayaan Diri Remaja yang Mengunggah Foto Selfie di Instagram (Ditinjau dari Jenis Kelamin Dan Usia)*. (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Palila, S. (2015). Analisis Kebutuhan Karakter Mahasiswa Psikologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta. *Humanitas*, 12(2), 105–117. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v12i2.3838>
- Rahani, S. (2020). Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Ditinjau Dari Perbedaan Demografi Pada Mahasiswa Di Kota Makassar. (Skripsi). Fakultas Psikologi Universitas Bosowa.
- Saalino, V. (2020). Berorganisasi Dengan Kemampuan Public Speaking Mahasiswa Semester IV Stikes Tana Toraja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*, 2-20. <https://journal.stikestanatoraja.ac.id>
- Setyaji, G. D. (2021). Meningkatkan Rasa Percaya Diri Berbicara Di Depan Umum Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Media Ular Tangga Pada Siswa SMP Negeri 1 Randudongkal. *Advice: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 24. <https://doi.org/10.32585/advice.v3i1.1431>
- Tarsinih, E., & Juidah, I. (2021). Kemampuan *Public Speaking* Mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia Fkip Universitas Wiralodra Di Masa Pandemi Covid-19. *Literasi : Jurnal Bahasa Dan Sastra Indonesia Serta Pembelajarannya*, 5(2), 375. <https://doi.org/10.25157/literasi.v5i2.6198>
- Wahyuni, S. (2013). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(4), 220–227. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i4.3519>
- Zendrato, W dan Laia, Y. (2018). Pengaruh Organisasi Kemahasiswaan Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Stkip Nias Selatan Tahun Akademik 2017/2018. *Jurnal Education and Development Institut Pendidikan Tapanuli Selatan*, 3(1), 44–47.