

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

*Self efficacy* (kemampuan diri) merupakan hal yang terpenting dalam dunia pembelajaran, dimana seorang harus meyakini terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk menghadapi permasalahan-permasalahan di dalam dunia pembelajaran, karena dari kemampuan yang dimiliki itulah seseorang dapat dengan tegas menyampaikan apa yang dia ketahui dan dapat dengan mudah menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang sedang di hadapi. *Self efficacy* (kemampuan diri) sendiri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang terhadap kemampuan diri yang ada pada dirinya untuk melakukan sesuatu. *Self Efficacy* sendiri merupakan sebuah bentuk kepercayaan diri seseorang dalam melakukan berbagai hal salah satunya yaitu ketika seorang siswa hendak tampil di depan kelas maka seorang siswa tersebut harus memiliki kepercayaan diri agar dapat tampil dengan baik di depan kelas. *Self efficacy* juga sangat diperlukan dalam berbagai hal salah satunya kesiapan seseorang ketika akan tampil agar mendapatkan hasil yang maksimal. Dalam kaitannya dengan kepercayaan diri dalam kegiatan sehari-hari seseorang pasti akan mengalami suatu kecemasan dimana akibat belum adanya kesiapan dari diri seseorang untuk dapat bicara di depan kelas. Keadaan tersebut merupakan hal yang sangat wajar karena dengan adanya kecemasan maka

seseorang dapat mengontrol diri mereka agar tidak terlalu sombong terhadap apa yang telah mereka miliki, tapi pada kecemasan ini menjadi tidak wajar ketika seseorang menjadi cemas yang berlebihan seperti sampai mengeluarkan keringat dingin atau tiba-tiba merasa tidak mampu untuk melakukan sesuatu. Dalam keadaan tersebut self efficacy sangat berpengaruh dalam mengatasi kecemasan berbicara dimana seseorang yang yakin dengan kemampuan yang dia miliki maka seseorang tersebut akan sangat kecil sekali kemungkinan untuk mengalami kecemasan berbicara, begitupun sebaliknya, apa bila seseorang tersebut memiliki self efficacy yang rendah maka akan sangat besar sekali kemungkinan seseorang tersebut mengalami kecemasan berbicara.

*Self efficacy* (kemampuan diri) merupakan evaluasi seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan. Bandura dan Wood menjelaskan bahwa efikasi diri mengacu pada keyakinan akan kemampuan individu untuk menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif, dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasi. (dalam Baron dan Byrne, 1991).

*Self efficacy* (kemampuan diri) sendiri merupakan aspek yang sangat penting dalam dunia pendidikan saat ini dimana seorang siswa diwajibkan memiliki sebuah kompetensi yang ada pada dirinya dalam mengerjakan sesuatu, salah satunya yang penting dalam pembelajaran saat ini adalah kemampuan seorang siswa dalam berbicara atau tampil di depan

kelas dalam rangka mempresentasikan atau menjelaskan apa yang telah dia pahami. Dalam mempresentasikan suatu pelajaran misalnya seorang anak harus menguasai materi yang akan disampaikan didepan kelas, dan tak jarang pula dari siswa yang menjadi gugup dan cemas ketika maju didepan kelas karena dia merasa tidak yakin terhadap kemampuan atau kompetensi yang dia miliki ketika tampil mempresentasikan salah satu mata pelajaran didepan kelas. Hal ini disebabkan karena kemampuan diri yang membawa pengaruh terhadap kognisi dan perilaku seseorang yang berbeda-beda. Dimana Gist dan Mitchell mengatakan bahwa efikasi diri dapat membawa pada perilaku yang berbeda di antara individu dengan kemampuan yang sama karena efikasi diri mempengaruhi pilihan, tujuan, pengatasan masalah, dan kegigihan dalam berusaha (Gufron dan Rini, 2011).

Salah satu penyebab dari *self efficacy* (kemampuan diri) yang kurang yaitu kecemasan (*Anxiety*). Dimana kecemasan merupakan suatu keadaan tertentu (*state anxiety*), yaitu menghadapi situasi yang tidak pasti dan tidak menentu terhadap kemampuannya dalam menghadapi objek tertentu.

*Self efficacy* (kemampuan diri) sangat penting dalam menangani kecemasan yang ada pada diri ketika seseorang tampil didepan umum. Dimana seseorang harus yakin terhadap apa yang dia miliki untuk dapat menghadapi permasalahan-permasalahan yang ada pada dirinya terutama kecemasan yang terjadi pada dirinya ketika tampil mempresentasikan suatu pelajaran didepan kelas.

Menurut Bandura (dalam Jeffrey dkk.,2003) salah faktor kognitif dalam gangguan kecemasan yaitu *self efficacy* atau kemampuan diri yang rendah dimana bila anda percaya anda tidak memiliki kemampuan untuk menanggulangi tantangan-tantangan penuh stress yang anda hadapi dalam hidup, anda akan merasa semakin cemas bila anda berhadapan dengan tantangan-tantangan itu. Sebaliknya, bila anda merasa mampu melakukan tugas-tugas anda, seperti mempresentasikan diri didepan kelas, atau menyebrangi jembatan tanpa panik, atau memberikan ceramah dihadapan umum, anda tidak akan dihantui oleh kecemasan atau rasa takut bila anda berusaha melakukannya. Orang dengan *self efficacy* atau kemampuan diri yang rendah (kurang keyakinan pada kemampuannya untuk melaksanakan tugas-tugas dengan sukses) cenderung untuk berfokus pada ketidakadekuatan yang dipersepsikannya.

Kecemasan (axiety) adalah suatu keadaan apprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Banyak hal yang harus di cemaskan misalnya, kesehatan, relasi social, ujian, karier, relasi internasional, dan kondisi lingkungan. Kecemasan merupakan respons yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan bias menjadi suatu abnormal bila tingkatannya tidak sesuai dengan proporsi ancaman, atau bila seperti dating tanpa ada penyebabnya.

Kecemasan berbicara sendiri menurut Burgon dan Ruffner (Dias Mirasih dkk., 2004) menyebut kecemasan berbicara didepan umum

dengan istilah *communication anxiety*, yang didefinisikan sebagai kondisi individu yang merasa cemas dalam menghadapi situasi komunikasi, khususnya komunikasi di depan umum (*public setting*). Kecemasan berbicara di depan umum yang terjadi pada diri individu bisa disebabkan oleh berbagai macam hal. Menurut Geist (dalam Gunarsa, 2000) kecemasan tersebut dapat bersumber dari berbagai hal seperti tuntutan sosial yang berlebihan dan tidak mau atau tidak mampu dipenuhi oleh individu yang bersangkutan, standar prestasi individu yang terlalu tinggi dengan kemampuan yang dimilikinya seperti kekurangsiapan untuk menghadapi situasi yang ada, pola berpikir, dan persepsi negatif terhadap situasi atau diri sendiri.

Berdasarkan uraian diatas, dapat diartikan bahwa *self efficacy* yang tinggi maupun *self efficacy* rendah yang dimiliki seorang siswa memiliki hubungan terhadap tingkat kecemasan siswa ketika berbicara di depan kelas ketika mempresentasikan suatu pelajaran atau ketika di tunjuk untuk maju kedepan oleh guru. Karena sering terjadinya kecemasan yang di alami oleh siswa ketika melakukan presentasi atau di tunjuk maju didepan kelas akibat kurangnya pengalaman dari siswa ketika maju untuk tampil presentasi di depan kelas dan kurangnya kepercayaan diri siswa terhadap kemampuan yang dimilikinya.

Pada penelitian terdahulu peneliti meneliti tentang Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Self Efficacy* Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi yang mana pada penelitian tersebut mendapatkan hasil

Berdasarkan analisis data yang dilakukan terhadap hubungan antara dukungan sosial dengan *self-efficacy* hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *self-efficacy* mahasiswa dalam menyusun skripsi, dimana arah hubungannya positif. Jadi semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa maka semakin tinggi *self-efficacy* mahasiswa dalam menyusun skripsi. Dari penelitian terdahulu peneliti ingin mengaitkan *self efficacy* dengan kecemasan berbicara pada siswa, karena *self efficacy* yang rendah juga dapat menyebabkan kecemasan yang dialami siswa ketika siswa tersebut berbicara di depan kelas. Dimana menurut (Bandura:1997) Ketika menghadapi situasi yang menekan, dalam hal ini berbicara di depan umum, keyakinan individu terhadap kemampuan mereka (*self efficacy*) akan mempengaruhi cara individu dalam bereaksi terhadap situasi tersebut. Menurut Bandura, *self efficacy* berguna untuk melatih kontrol terhadap stressor yang berperan penting dalam keterbangkitan kecemasan. Individu yang percaya bahwa mereka mampu mengadakan control terhadap ancaman tidak mengalami keterbangkitan kecemasan yang tinggi. Sebaliknya mereka yang percaya bahwa mereka tidak dapat mengatur ancaman, mengalami keterbangkitan kecemasan yang tinggi.

Pada penelitian ini peneliti mengambil penelitian di SMA Walisongo Gempol Pasuruan karena latar belakang sekolah yang berdiri dalam lingkup yayasan pendidikan Walisongo dimana terdapat ilmu-ilmu keagamaan yang sangat baik, sehingga banyak sekali praktik-praktik

agama yang mewajibkan siswa untuk tampil didepan kelas untuk mempraktikkan salah satu pelajaran agama di kelas. System pembelajaran yang ada pada sekolah tersebut dengan menggunakan metode tampil mempresentasikan pelajaran di depan kelas. Banyak di temukan permasalahan pada pembelajaran di kelas dimana siswa banyak yang merasa cemas dan takut ketika dia di tunjuk guru untuk maju mempresentasikan pelajaran atau tugas didepan kelas, hal ini di sebabkan sebagian besar karena kurangnya kesiapan siswa terhadap penguasaan materi yang sedang di pelajari di kelas pada saat itu. Pada permasalahan-permasalahan tersebut juga muncul akibat akibat kurangnya pengalaman dan kesiapan dari siswa ketika berada di jenjang sebelumnya dan juga terjadinya kecemasan yang terus-menerus pada siswa walaupun sudah seringkali di tunjuk atau diperintah oleh guru secara terus-menerus untuk mempresentasikan pelajaran didepan kelas karena system pembelajaran yang berbeda dari setiap jenjang pendidikan sehingga akan sangat besar sekali permasalahan mengenai kecemasan saat tampil di depan kelas pada siswa. (wawancara : Bapak Ikhsan, 10:15,9 Mei 2014)

Dari permasalahan tersebut maka peneliti berkeinginan untuk meneliti lebih dalam tentang kemampuan diri atau *self efficacy* terhadap kecemasan berbicara didepan kelas ketika presentasi pada siswa di SMA Walisongo Gempol Pasuruan.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang permasalahan yang telah dijelaskan diatas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan *self efficacy* dengan kecemasan berbicara pada siswa di SMA Walisongo Gempol Pasuruan?

## **C. Keaslian Penelitian**

Untuk mendukung penelitian ini, peneliti menemukan beberapa kajian riset terdahulu mengenai variabel *self efficacy* yang dijadikan sebagai pedoman dalam penelitian ini. Penelitian mengenai *self efficacy* umumnya kemampuan diri pada siswa memang telah banyak dilakukan.

Penelitian tentang *self efficacy* misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Ika sulistyawati dari Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma di dalam jurnal Psikologi Sosial Vol. 1 No.1 tahun 2010, dengan tema “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Self Efficacy* Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi”. Pada penelitian ini subjek yang digunakan adalah mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi pada kampus-kampus yang ada di kota Depok dan sekitarnya. Teknik pengambilan subjek menggunakan metode nonprobability sampling khususnya sampling incidental. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 116 orang, terdiri dari 38 mahasiswa Universitas Islam Negeri Jakarta, 48 mahasiswa Universitas Gunadarma Depok, dan 30 mahasiswa Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Dengan menggunakan teknik pengumpulan data dengan menggunakan angket. Angket yang digunakan



terdiri dari skala dukungan social dan skala *self efficacy* disusun berdasarkan skala likert. Teknik analisa data yang digunakan adalah Correlation Product Moment Pearson.

Penelitian yang dilakukan oleh Endang Pujiastutik Fakultas Psikologi Unisba dalam Jurnal Mimbar vol.XXVIII, No.1 (Juni,2012): 103-112 dengan tema “Hubungan *Self Efficacy* dengan Perilaku Mencontek Pada Mahasiswa Psikologi”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik pengumpulan data yaitu alat ukur skala *self efficacy* dari bandura dan alat ukur perilaku mencontek disusun berdasarkan teori CIzek. Analisis dilakukan dengan pengujian rank spearman dan menunjukkan korelasi negative yang signifikan sebesar -0.78. Hal ini menunjukkan semakin tinggi *self efficacy* mahasiswa maka semakin rendah perilaku menconteknya.

Penelitian yang dilakukan oleh Denia Martini Machdan dan Nurul Hartini Fakultas Psikologi Universitas Airlangga di dalam jurnal Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental 79 Vol. 1 No. 02 , Juni 2012 dengan tema “Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Tunadaksa Di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh Pasuruan”. Pada penelitian ini menggunakan subyek penelitian yang dilakukan pada klien di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh Pasuruan yang berusia antara 21-35 tahun dengan jumlah subyek penelitian sebanyak 40 orang yang terdiri dari 24 berjenis kelamin laki-laki dan 16 orang perempuan. Alat pengumpul data berupa kuesioner

penerimaan diri yang terdiri dari 32 butir dan kuesioner kecemasan menghadapi dunia kerja terdiri dari 45 butir. Uji reliabilitas pada skala penerimaan diri sebesar 0,788 dan skala kecemasan sebesar 0,901. Analisis data dilakukan dengan teknik statistik korelasi Product Moment.

Peneleitian yang dilakukan oleh Trismiati Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma Palembang di dalam jurnal Jurnal PSYCHE Vol. 1 No. 1, Juli 2004 dengan judul “Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Pria dan Wanita Akseptor Kontrasepsi Mantap Di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta”. Pada penelitian ini menggunakan satu skala kecemasan yang dimodifikasi dari skala *kecemasan Trait Manifest Anxiety Scale* (TMAS) dari Janet Taylor. Tingkat kecemasan akan diketahui dari tinggi rendahnya skor yang didapatkan. Makin besar skor maka tingkat kecemasan makin tinggi, dan makin kecil skor maka tingkat kecemasan makin rendah. Teknik statistik yang digunakan dalam menganalisis data yang diarahkan untuk menguji ketiga hipotesis penelitian adalah teknik analisis uji-t dan analisis variansi 3 jalur.

Jika pada penelitian-penelitian terdahulu membahas masalah tentang *self efficacy* terhadap tingkat kecemasan dan bebrapa penelitian tentang kecemasan. Maka pada penelitian disini, peneliti ingin meneliti tentang *self efficacy* (kemampuan diri) yang di hubungkan dengan kecemasan dengan subyek siswa dan siswi pada sekolah tingkat SMA. Karena pada penelitian-penelitian terdahulu juga belum terdapat penelitian yang meneliti tentang *self efficacy* dengan kecemasan karena pada

penelitian terdahulu variable *self efficacy* di hubungkan dengan berbagai variable dan juga pada penelitian terdahulu tentang kecemasan yang dihubungkan dengan variable lain dan bukan dengan *self efficacy*, dan juga karena peneliti ingin mengkaji apakah terdapat hubungan antara *self efficacy* (kemampuan diri) yang di miliki oleh siswa terhadap kecemasan ketika tampil di depan umum pada siswa. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan variable terikat yaitu *self efficacy* atau kemampuan diri dan menggunakan variable bebas kecemasan berbicara. Oleh karena itu pada penelitian ini akan menghasilkan survey tentang hubungan *self efficacy* terhadap kecemasan berbicara didepan kelas pada siswa di SMA Walisongo Gempol Pasuruan.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dengan kecemasan berbicara pada siswa di SMA Walisongo Gempol Pasuruan.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Dari hasil penelitian ini di harapkan dapat memberi manfaat secara teoritis maupun praktis.

##### a. Manfaat secara teoritis :

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi sosial mengenai hubungan antara self effikasi terhadap kecemasan berbicara didepan kelas pada siswa.

b. Manfaat secara praktis :

1. Pihak sekolah dapat mengetahui tingkat *self effikasi* dan tingkat kecemasan berbicara didepan kelas pada siswa di SMA Walisongo Gempol Pasuruan. Hal ini berguna dalam memberikan pembinaan pada siswa dalam mengembangkan *self efficacy* dan mengurangi kecemasan berbicara didepan kelas.
2. Penelitian ini berguna agar siswa paham tentang *self-efficacy* dan kecemasan berbicara di depan kelas, sehingga diharapkan dapat dimanfaatkan dalam pengembangan diri siswa terutama dalam meningkatkan *self-efficacy* dan mengurangi kecemasan berbicara di depan umum.
3. Untuk peneliti, agar peneliti paham tentang bagaimana hubungan *self efficacy* terhadap kecemasan berbicara pada siswa.

## **F. Sistematika Pembahasan**

Penelitian ini disajikan dengan beberapa bab dengan sistematika pembahasan yaitu :

**BAB I : PENDAHULUAN**

Pada bab I ini terdiri dari latar belakang, rumusan masalah, keaslian penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, sistematika pembahasan.

**BAB II : KAJIAN PUSTAKA**

Pada bab II ini terdiri dari teori-teori dari variable Y, variable X, hubungan antar variable, kerangka teoritik dari masing-masing variabel, hipotesis.

**BAB III : METODOLOGI PENELITIAN**

Pada bab III ini terdiri dari rancangan penelitian, identifikasi variable penelitian, definisi operasional, populasi, sample, dan teknik sampling, instrument penelitian, analisis data.

**BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Pada bab IV ini terdiri dari hasil penelitian, pengujian hipotesis, pembahasan.

**BAB V : PENUTUP**

Pada bab V ini terdiri dari kesimpulan dan saran.