

kecil orang secara spontan dan informal dengan menganggap sesuatu yang buruk akan terjadi, yang ditunjukkan dengan gejala fisik, gejala perilaku, gejala kognitif.

Berdasarkan definisi oprasional maka penulis menyusun dimensi dan indikator untuk mempermudah penyusunan aitem dan aspek yang akan diukur antara lain:

1. Simtom Fisik
 - 1.1. Gemetar, keluar banyak keringat, jantung berdetak kencang, sulit bernafas, pusing, tangan dingin, mual, panas dingin, kegugupan, pingsan atau merasa lemas, sering buang air kecil dan diare.
2. Simtom Pikiran
 - 2.1. Perilaku menghindar, perilaku ketergantungan atau melekat, perilaku terguncang dan meninggalkan situasi yang menimbulkan kecemasan.
3. Simtom Kognitif
 - 3.1. Khawatir tentang sesuatu, keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan segera terjadi tanpa ada penjelasan yang jelas, merasa terancam oleh orang atau peristiwa, kebingungan atau kekhawatiran akan ditinggal sendiri.

waktu, biaya, tenaga dan faktor ekonomi. Apabila subjeknya kurang dari 100% lebih baik diambil semua sehingga merupakan penelitian populasi, jika subjeknya lebih besar dapat diambil antara 10-15 % atau 20-25% atau lebih (Arikunto, 1997).

Dalam penelitian ini jumlah subjek keseluruhan adalah 165 siswa, karena sampel lebih dari 100 subjek, maka peneliti mengambil sampel 48% yakni 80 siswa.

3. Teknik Sampling

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik sampling merupakan tehnik pengambilan sampel. Untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian, terdapat berbagai teknik sampling yang digunakan. Dalam hal ini peneliti memakai teknik sampling acak atau juga disebut dengan tehnik sampel random.

Teknik sampling ini diberi nama sampel acak karena didalam pengambilan sampelnya, peneliti mencampur subyek-subyek didalam populasi sehingga semua subyek-subyek di dalam dianggap sama (Arikunto, 1997).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *Random Sampling*. *Random sampling* yang juga diberi istilah pengambilan sampel secara rambang atau acak yaitu pengambilan sampel yang tanpa pilih-pilih atau tanpa pandang bulu (Narbuko & Ahmadi, 2004)

a. Angket Kepercayaan Diri

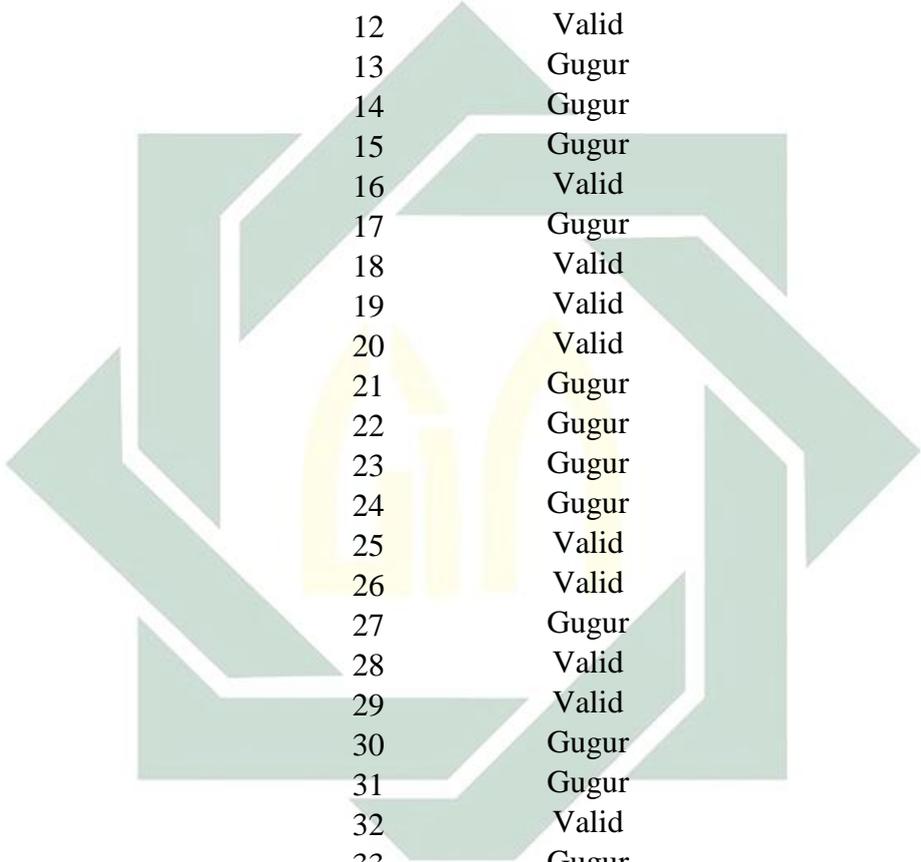
Tabel 1.1. *Blue Print Skala Kepercayaan Diri*

No.	Dimensi	Indikator	F	UF	Jumlah	Aitem
1.	Percaya pada kemampuan diri	Keyakinan atas diri sendiri dalam mengevaluasi dan mengatasi masalah	1, 3, 5, 7, 9, 11	2, 4, 6, 8, 10, 12	12	25%
		Mampu meyakini tindakan yang diambil				
2.	Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan	Dapat bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, tanpa bantuan orang lain	13, 15, 17, 19, 21, 23	14, 16, 18, 20, 22, 24	12	25%
		Memiliki dorongan berprestasi				
3.	Memiliki rasa positif pada diri sendiri	Memiliki penilaian yang baik dari dalam diri sendiri	25, 27, 29, 31, 33, 35	26, 28, 30, 32, 34, 36	12	25%
		Memiliki dorongan berprestasi				
4.	Berani mengungkapkan pendapat	Mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan	37, 39, 41, 43, 45, 47	38, 40, 42, 44, 46, 48	12	25%
Total					48	100%

b. Angket Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Tabel1.2. *Blue Print Kecemasan Komunikasi Interpersonal*

No.	Dimensi	Indikator	F	UF	Jumlah Aitem	%
1.	Simtom Fisik	Gemetar, keluar banyak keringat, jantung berdetak kencang, sulit bernafas, pusing, tangan dingin, mual, panas dingin, kegugupan, pingsan atau merasa lemas, sering buang air kecil dan diare.	1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19	2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20	20	33.3
2.	Simtom Pikiran	Perilaku menghindar, perilaku ketergantungan atau melekat, perilaku terguncang dan meninggalkan situasi yang menimbulkan kecemasan.	21, 23, 25, 27, 29, 31, 33, 35, 37, 39	22, 24, 26, 28, 30, 32, 34, 36, 38, 40	20	33.3
3.	Simtom Kognitif	Khawatir tentang sesuatu, keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan segera terjadi tanpa ada penjelasan yang jelas, merasa terancam oleh orang atau peristiwa, kebingungan atau kekhawatiran akan ditinggal sendiri.	41, 43, 45, 47, 49, 51, 53, 55, 57, 59	42, 44, 46, 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60	20	33.3
Total					60	100%



4	Valid
5	Valid
6	Valid
7	Gugur
8	Valid
9	Gugur
10	Valid
11	Valid
12	Valid
13	Gugur
14	Gugur
15	Gugur
16	Valid
17	Gugur
18	Valid
19	Valid
20	Valid
21	Gugur
22	Gugur
23	Gugur
24	Gugur
25	Valid
26	Valid
27	Gugur
28	Valid
29	Valid
30	Gugur
31	Gugur
32	Valid
33	Gugur
34	Valid
35	Valid
36	Valid
37	Valid
38	Valid
39	Valid
40	Valid
41	Valid
42	Valid
43	Valid
44	Valid
45	Valid

46	Valid
47	Gugur
48	Valid

Tabel 1.4. Hasil Uji Validitas Aitem Skala Kecemasan Komunikasi

Nomor Aitem	Valid/Gugur
1	Gugur
2	Valid
3	Valid
4	Gugur
5	Valid
6	Valid
7	Valid
8	Gugur
9	Valid
10	Gugur
11	Valid
12	Gugur
13	Gugur
14	Valid
15	Valid
16	Gugur
17	Gugur
18	Valid
19	Valid
20	Gugur
21	Valid
22	Gugur
23	Gugur
24	Valid
25	Valid
26	Valid
27	Valid
28	Gugur
29	Valid
30	Gugur
31	Valid
32	Gugur
33	Valid
34	Gugur
35	Valid

sejauh mana harus reliabel dalam artian harus memiliki tingkat konsistensi dan kemantapan.

Reliabilitas atau keterandalan adalah indeks-indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya atau diandalkan. hal ini berarti menunjukkan sejauh mana alat pengukur dapat dikatakan konsisten, jika dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama. Untuk diketahui bahwa penghitungan atau uji reliabilitas harus dilakukan pada pertanyaan yang telah dimiliki atau memenuhi uji validitas, jika tidak memenuhi syarat uji validitas, maka tidak perlu diteruskan. (Noor, 2011) .

Suatu ciri instrumen yang berkualitas baik adalah reliabel, yaitu mampu menghasilkan skor yang cermat dengan eror pengukuran kecil. Pengertian reliabilitas mengacu pada keterpercayaan atau koefisiensi hasil alat ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran. (Azwar, 2013).

Pengukuran reliabilitas sebuah instrument dapat dihitung melalui dua cara yaitu kesalahan baku pengukuran dan koefisien reliabilitas (Fieldt & Brennan, 1989). Kedua statistic di atas memiliki keterbatasannya masing-masing. Kesalahan pengukuran merupakan rangkuman inkonsistensi peserta tes dalam unit-unit skala skor sedangkan koefisien reliabilitas merupakan kuantifikasi reliabilitas dengan merangkum konsistensi diantara beberapa kesalahan pengukuran.

Suatu instrumen dikatakan reliabel apabila instrumen tersebut konsisten dalam memberikan penilaian atas apa yang diukur. Uji Reliabilitas dilakukan dengan membandingkan nilai r hitung dengan r tabel untuk tingkat signifikansi 5 persen dari *degree of freedom* (df) = $n-2$, dalam hal ini n adalah jumlah sampel. Jika r hitung $>$ r tabel maka pertanyaan atau indikator tersebut dinyatakan reliabel, demikian sebaliknya bila r hitung $<$ r tabel maka pertanyaan atau indikator tersebut dinyatakan tidak reliabel. Adapun r tabel adalah 0.361.

E. Analisis Data

Menganalisis data merupakan langkah kritis dalam suatu penelitian, dari hasil penarikan sampel dan pengumpulan data akan diperoleh data kasar agar data kasar dapat dibaca dan diinterpretasikan, maka dibutuhkan adanya metode analisis data.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan analisis korelasi product moment. Hal tersebut dikarenakan data yang digunakan adalah data parametrik. Teknik penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan diantara dua variabel yaitu variabel *kepercayaan diri* sebagai variabel bebas dan variabel *kecemasan berinteraksi sosial* sebagai variabel terikat.

Sebelum melakukan analisis data, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis. Uji prasyarat analisis diperlukan guna mengetahui apakah analisis data untuk pengujian hipotesis dapat dilanjutkan atau tidak. Uji prasyarat meliputi uji normalitas dan uji linieritas (Noor, 2011).