

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1. Hasil Penelitian

5.1.1. Uji Asumsi

Setelah melakukan uji validitas dan reliabilitas, peneliti melakukan uji asumsi terhadap skor variabel sebelum melakukan uji hipotesis. Uji asumsi dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui kenormalan dalam penyebaran item sehingga dapat mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel tergantung dan variabel bebas dalam penelitian. Uji asumsi memiliki dua jenis yaitu uji normalitas dan uji linearitas.

1. Uji Normalitas

a. *Self-efficacy*

Hasil uji normalitas terhadap skala *self-efficacy* dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Z* menunjukkan hasil K-S-Z sebesar 0,973 dengan p sebesar 0,300 ($p > 0,05$) yang memiliki arti bahwa distribusi persebaran data bersifat normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada lampiran E-1.

b. Kecemasan pada Mahasiswa

Hasil uji normalitas terhadap skala kecemasan pada mahasiswa dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Z* menunjukkan hasil K-S-Z sebesar 0,948 dengan p sebesar 0,330 ($p > 0,05$) yang memiliki arti bahwa distribusi persebaran data bersifat normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada lampiran E-1.

2. Uji Linearitas

Hasil uji linearitas menghasilkan korelasi linear antara *self-efficacy* terhadap mahasiswa yang melakukan presentasi *online*. Hal tersebut ditunjukkan dengan $F_{\text{linier}} = 54,581$ dengan nilai p sebesar $0,000$ ($p < 0,05$). Yang artinya terdapat hubungan linear antara *self-efficacy* terhadap kecemasan pada mahasiswa yang melakukan presentasi *online* yang signifikan. Hasil linearitas terlampir pada lampiran E-2.

5.2. Hasil Analisis Data

5.2.1 Analisis Statistik Deskriptif

1. Variabel Kecemasan

Pada penelitian ini, peneliti membuat alat ukur dari aspek kecemasan menurut Rogers yaitu aspek fisik, emosional, serta mental. Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas, tidak ditemukan item gugur. Uji statistik deskriptif dilakukan agar memudahkan peneliti dalam melakukan kategorisasi. Penelitian ini menggunakan statistik empirik dengan memakai tiga kategorisasi yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Hasil perhitungan statistik deskriptif dilakukan menggunakan SPSS dan diperoleh hasil kategorisasi yang dapat dilihat pada tabel 5.1 sebagai berikut:

Tabel 5.1. Kategorisasi Kecemasan pada Mahasiswa yang Melakukan Presentase *Online*

Rentangan	Tingkatan	Frekuensi	Persentase
$X < 39,25$	Rendah	19	12,7%
$39,25 \leq X < 51,73$	Sedang	108	72%
$51,73 \leq X$	Tinggi	23	15,3%
Total		150	100%

2. Variabel *Self-Efficacy*

Pada penelitian ini, peneliti membuat alat ukur dari dimensi *self-efficacy* menurut Bandura yaitu dimensi tingkat, kekuatan, serta generalisasi. Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas, tidak ditemukan item gugur. Uji statistik deskriptif dilakukan agar memudahkan peneliti dalam melakukan kategorisasi. Penelitian ini menggunakan statistik empirik dengan memakai tiga kategorisasi yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Hasil perhitungan statistik deskriptif dilakukan menggunakan SPSS dan diperoleh hasil kategorisasi yang dapat dilihat pada tabel 5.2 sebagai berikut:

Tabel 5.2. Kategorisasi *Self-Efficacy*

Rentangan	Tingkatan	Frekuensi	Persentase
$X < 39,19$	Rendah	25	16,7%
$39,19 \leq X < 51,57$	Sedang	105	70%
$51,57 \leq X$	Tinggi	20	13,3%
Total		150	100%

5.2.2 Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk melihat ada atau tidaknya hubungan antara *self-efficacy* terhadap kecemasan pada mahasiswa yang melakukan presentasi *online*. Uji hipotesis dilakukan menggunakan teknik korelasi Product Moment dari Karl Pearson dengan menggunakan program SPSS 25.0 for windows. Hasil yang diperoleh koefisien korelasi $r_{xy} = -0,505$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* terhadap kecemasan pada mahasiswa yang melakukan presentasi *online*, yang artinya semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin rendah kecemasan pada mahasiswa yang melakukan presentasi *online* dan begitu pun sebaliknya.

5.3. Pembahasan

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan menggunakan korelasi Product Moment maka uji hipotesis yang diajukan peneliti dapat diterima yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* terhadap

kecemasan pada mahasiswa yang melakukan presentasi *online*. Hal ini ditunjukkan dengan adanya hasil $r_{xy} = -0,505$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,01$) dengan kategori signifikan. Hal ini juga menunjukkan bahwa kecemasan pada mahasiswa saat melakukan presentasi online dipengaruhi oleh *self-efficacy* mahasiswa sehingga mahasiswa yang memiliki kecemasan yang rendah akan memiliki *self-efficacy* yang tinggi.

Hubungan pada uji hipotesis menunjukkan koefisien korelasi $r_{xy} = -0,505$. Berdasarkan hasil perhitungan pada penelitian ini, terdapat sumbangan efektif *self-efficacy* sebesar 25.5% sehingga terdapat 74,5% faktor lain yang dapat memengaruhi kecemasan pada mahasiswa yang melakukan presentasi online seperti pengalaman negatif di masa lalu, *degree of evaluation*, *subordinate status*, *degree of conspicuousness*, *degree of unpredictability*, *degree of dissimilarity*, *prior success and failures*, *lack of communication skills and experience*.

Berdasarkan hasil kategorisasi skor pada kecemasan pada mahasiswa yang melakukan presentasi *online*, digolongkan menjadi 3, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Sebanyak 19 dari 150 partisipan (12,7%) mahasiswa yang mengalami kecemasan dengan tingkat rendah, 108 dari 150 partisipan (72%) dengan tingkat sedang, dan 23 dari 150 partisipan (15,3%) sisanya berada pada tingkat yang tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang mengalami kecemasan saat melakukan presentasi online berada pada tingkat sedang.

Hasil nilai mean atau rerata pada aspek kecemasan menunjukkan bahwa dari ketiga aspek kecemasan berada pada tingkat kategorisasi yang sedang yaitu aspek fisik, mental, dan emosional. Hal ini menunjukkan bahwa dalam tingkat kategorisasi, ketiga aspek tersebut memiliki pengaruh yang sama besar dalam

kecemasan mahasiswa saat melakukan presentasi *online*. Dalam kecemasan, aspek fisik mahasiswa yang memiliki mean tertinggi dibanding dua aspek lainnya yaitu 16,28 dengan ciri merasakan jantung yang berdegup kencang, berkeringat dingin, serta volume suara menjadi tidak stabil. Pada aspek mental, mahasiswa sering kehilangan konsentrasi, terjadi pengulangan dikarenakan lupa materi presentasi, serta kebingungan memilih kata. Selanjutnya pada aspek emosional mahasiswa mengalami kepanikan saat mendapat pertanyaan setelah presentasi, merasa malu ketika tidak dapat menyampaikan materi presentasi dengan lancar, serta resah saat memikirkan pertanyaan yang akan diberikan setelah melakukan presentasi. Hal ini serupa dengan pembahasan pada penelitian Astina Hasrida, Misykat Malik Ibrahim, dan Muchlisah (2016) yang mengatakan bahwa kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa semester 7 UIN Alauddin Makassar dicirikan dengan munculnya rasa takut saat diberi pertanyaan.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap dua mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata yang dilakukan di awal, mereka mengalami kecemasan dengan tingkat sedang. Hal ini dibuktikan dengan subjek mengalami refleks kaki yang tidak bisa diam, merasa gugup dan panas dingin, pelafalan saat melakukan presentasi menjadi kurang jelas dan berbelit-belit serta adanya perasaan tidak mampu untuk menjawab pertanyaan yang akan diberikan. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat kesamaan antara aspek kecemasan dengan ciri-ciri yang dialami oleh kedua mahasiswa tersebut yang berarti mereka mengalami kecemasan. Mahasiswa mengalami kecemasan saat melakukan presentasi online dikarenakan pikiran yang tidak rasional. Hal ini dikarenakan adanya perubahan secara tiba-tiba sehingga mahasiswa mengalami kesulitan beradaptasi (Darmawan, 2019). Perubahan yang dirasakan mahasiswa yaitu merasa

melakukan presentasi seorang diri meskipun dilakukan presentasi kelompok. Selain itu, menurut Dewi & Adrianto (dalam Bukhori, 2016), individu yang memiliki pikiran yang tidak rasional seperti memikirkan secara berlebihan evaluasi dari orang lain, takut untuk memberikan jawaban, dan tidak yakin akan kemampuannya sendiri berpengaruh terhadap *self-efficacy*. Menurut Bandura (dalam Ghufro dan Indrawati, 2011), *self-efficacy* merupakan keyakinan individu untuk menyelesaikan tugas atau tindakan yang dimiliki karena adanya kemampuan di dalam dirinya. Ketika individu memiliki *self-efficacy* yang baik maka individu tersebut akan mampu untuk mengatasi ancaman yang akan atau sedang terjadi.

Ditinjau dari hasil pengolahan data, diperoleh 25 dari 150 (16,7%) partisipan yang memiliki *self-efficacy* dengan tingkat rendah, 105 dari 150 (70%) partisipan yang berada pada tingkat sedang, dan sisanya yaitu 20 partisipan (13,3%) dengan *self efficacy* yang tinggi. Ketiga aspek *self-efficacy* pada penelitian ini berada pada tingkat sedang. Berdasarkan hasil perhitungan yang diperoleh mean tertinggi dari ketiga aspek yang adalah pada aspek kekuatan yaitu 16,21. Hal ini serupa dengan pembahasan dari penelitian Dian Kasih dan Shanty Sudarji (2012) bahwa mahasiswa memiliki kekuatan dikarenakan adanya kesiapan diri yang menimbulkan keyakinan pada dirinya sehingga membuat mahasiswa tidak ragu untuk melakukan presentasi.

Hasil penelitian ini serupa dengan hasil penelitian yang diperoleh oleh Kasih dan Shanty (2012) bahwa terdapat korelasi negatif yang sangat kuat antara *self-efficacy* terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia yang artinya jika *self-efficacy* mahasiswa rendah maka kecemasan berbicara di depan umum

pada mahasiswa akan tinggi. Hal ini diperkuat dengan hasil uji korelasi antara variabel *self-efficacy* dan kecemasan yang menunjukkan hasil $r_{xy} = -0,658$ ($p < 0,01$).

Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Astina, Misykat, dan Muchlisah (2016) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dengan kecemasan berbicara pada mahasiswa Pendidikan Biologi, fakultas Tarbiyah dan Keguruan, UIN Alauddin Makassar dengan hasil $r_{xy} = -0,456$ ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin rendah kecemasan pada mahasiswa, begitu juga sebaliknya. Hasil kategorisasi secara empirik didapati bahwa *self-efficacy* dan kecemasan berada dalam kategori sedang dengan persentase 73,52%.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Ni Made dan Putu (2016) terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan kecemasan komunikasi dalam mempresentasikan tugas di depan kelas dengan hasil $r_{xy} = -0,725$ ($p < 0,01$). Hal tersebut membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-efficacy* dengan kecemasan komunikasi dalam mempresentasikan tugas di depan kelas yaitu semakin rendah *self-efficacy* maka semakin tinggi kecemasan dalam mempresentasikan tugas, begitu juga sebaliknya.

Hasil hipotesis peneliti sejalan dengan pendapat Adler dan Rodman (dalam Ghufro dan Indrawati, 2011) bahwa salah satu faktor yang memengaruhi kecemasan adalah pikiran yang tidak rasional. Pemikiran tersebut merupakan pikiran negatif yang memikirkan tentang pendapat orang lain, ketidakmampuan diri sendiri, serta takut terhadap *feedback* yang akan diberikan orang lain. Pemikiran yang berlebihan membuat individu mengalami ketakutan yang kuat, kecemasan akut, atau tingkat stress yang tinggi sehingga akan membuat individu

memiliki *self-efficacy* yang rendah (Feist&Feist, 2002). Individu yang memiliki *self-efficacy* yang rendah akan mengalami tekanan yang tinggi ketika dihadapkan dengan situasi yang mengancam sehingga membuat performa individu menurun yang membuat individu mengalami gejala seperti detak jantung yang cepat, kaki gemeteran berkeringat, dan gangguan tidur (Rogers dalam Deviyanthi & Widiyasavitri, 2016).

Self-efficacy berpengaruh besar terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa. Mahasiswa dengan *self-efficacy* tinggi akan membuat dirinya memiliki keyakinan bahwa ia mampu untuk menghadapi tantangan dalam situasi tertentu. Selain itu, mahasiswa yang memiliki keyakinan akan dirinya juga akan memiliki strategi untuk mengatasi masalah yang dihadapinya, dalam hal ini adalah kecemasan saat akan melakukan presentasi. Mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan menganggap bahwa segala sesuatu bisa diatasi sehingga dapat mengurangi kecemasan yang dialami. Keadaan Covid-19 membuat mahasiswa harus mampu untuk menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi pada perkuliahan, salah satunya adalah presentasi *online*. *Self-efficacy* yang kuat pada individu akan membuatnya untuk mampu beradaptasi pada perubahan situasi. Ketika individu mampu untuk beradaptasi dengan perubahan yang ada maka individu tersebut akan tetap fokus pada perubahan situasi yang dialami (Rivzi, Prawitasari, & Soetjipto dalam Kasih dan Sudarji, 2012).

Meskipun terdapat hubungan negatif antara *self-efficacy* dengan kecemasan pada mahasiswa yang melakukan presentasi *online* namun terdapat perbedaan antara hipotesis dengan hasil yang didapatkan oleh peneliti yaitu hubungan negatif antara *self-efficacy* dengan kecemasan mahasiswa yang

melakukan presentasi berada pada tingkat sedang. Hal ini disebabkan karena meskipun adanya pandemi yang membuat kegiatan pembelajaran menjadi *online* tetapi mahasiswa tidak perlu persiapan untuk datang ke kampus sehingga menjadi lebih santai (Rossa, V dalam suara.com). Selain itu, dari survey yang dilakukan ditemukan bahwa adanya pandemi membuat mahasiswa bisa lebih banyak melakukan aktivitas yang disenangi untuk mengurangi kecemasannya seperti diskusi bersama teman dan guru, menyemangati diri, tidur, mendengarkan music, menonton film, bermain game, makan, minum kopi, serta olahraga (Oktawirawan, 2020). Alasan – alasan di atas akhirnya yang membuat kecemasan serta *self-efficacy* mahasiswa berada pada tingkat yang sedang.

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam pengisian skala yang menggunakan *g-form*. Pengisian skala menggunakan metode tersebut membuat peneliti tidak bisa bertanya secara singkat kepada subjek mengenai hal-hal yang mereka rasakan saat melakukan presentasi *online* sehingga data yang didapatkan kurang mendalam .