

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Sebagai makhluk sosial, manusia dalam hidupnya tidak akan lepas dari lingkungan sosialnya. Manusia senantiasa akan selalu berinteraksi dengan sesamanya. Dalam berinteraksi, dengan berbagai kegiatannya baik di rumah maupun di luar rumah, manusia senantiasa akan selalu menggunakan komunikasi. Bahkan di sepanjang hidupnya manusia akan menghabiskan waktunya untuk berkomunikasi dengan orang lain. Disadari atau tidak, komunikasi merupakan bagian dari kehidupan manusia (Widjaja, 1986, hal.1). Komunikasi merupakan hal yang penting bagi kegiatan kelompok, apakah itu dalam suatu pembicaraan dalam rapat, dalam percakapan akrab antara dua teman atau dalam suatu pertemuan keluarga (Sears, Freedman & Peplau, 1994, hal.109).

Stefani, Daeng & Handoko (1996, hal.111) mengatakan bahwa komunikasi bertujuan untuk memberikan informasi, menghibur atau saling mempengaruhi perilaku manusia. Mereka menambahkan pada saat manusia berinteraksi dan saling mempengaruhi, maka terjadilah proses belajar, proses penyampaian dan penerimaan lambang-lambang (komunikasi) dan mekanisme penyesuaian diri seperti sosialisasi, permainan peran, identifikasi peran.

Komunikasi memainkan dua peran penting disemua aspek kehidupan manusia, baik positif maupun negatif. Dengan komunikasi seseorang membentuk saling pengertian, mengikat persahabatan, menumbuhkan semangat hidup, memelihara

cinta kasih, menyebarkan ilmu pengetahuan, memelihara kebudayaan, menanamkan norma-norma dan kehidupan religius. Disisi lain, dengan komunikasi seseorang juga bisa menumbuhkan benih permusuhan, menimbulkan perpecahan, menanamkan kebencian, menghambat pemikiran, memutarbalikan kebenaran (Stefani, Daeng & Handoko, 1996, hal.111).

Komunikasi juga sangat penting dalam dunia pendidikan. Diharapkan individu terutama yang terlibat didalamnya memiliki kemampuan lebih untuk bisa berbicara di depan kelas, mengingat dunia pendidikan sebagai sarana untuk menyebarkan ilmu pengetahuan. Mahasiswa dengan modal pengetahuan yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang lain yang tingkat pendidikannya lebih rendah diharapkan memiliki kemampuan lebih untuk bisa berbicara di depan kelas, dalam artian dia memiliki keberanian yang lebih untuk bisa mengemukakan apa yang menjadi pendapatnya dihadapan orang banyak. Namun tidak sedikit diantara mereka yang tidak berani mengemukakan pendapatnya dihadapan orang banyak walaupun tidak menutup kemungkinan masih banyak mahasiswa yang mampu melakukannya. Padahal Tubbs & Moss (1983, hal 10) mengatakan bahwa berbicara di depan kelas merupakan tempat utama dalam belajar, karena pada saat itu mahasiswa akan terlibat dalam suatu forum diskusi, seminar maupun dalam kuliah-kuliah. Pada sebuah penelitian di Amerika 10 sampai dengan 20 persen dari mahasiswanya mengalami kecemasan dalam berbicara (Hunt, Scott, Mc Croskey ; dalam Rakhmat, 1991, hal. 109).

Ketidakberanian mahasiswa pada saat berbicara di depan kelas bisa dilihat dari reaksi kecemasan yang diperlihatkannya. Adapun Prawirohusodo (Kedaulatan

Rakyat, 26 Maret 1992) menyebutkan reaksi-reaksi kecemasan yang diperlihatkan diantaranya yaitu keringat dingin, nafas terasa sesak, sakit kepala, jantung berdebar, kaki tangan dingin atau dapat berupa kejang otot.

Kecemasan merupakan emosi dasar manusia disamping gembira, sedih dan marah. Kecemasan itu sendiri akrab sekali dengan kehidupan manusia yang melukiskan kekuatiran, kegelisahan, ketakutan dan rasa tidak tenang serta sering disertai oleh gejala-gejala yang muncul dari kecemasan (Prawirohusodo, Kedaulatan Rakyat, 26 Maret 1992). Hal ini didukung oleh Atkinson (1991, hal. 212) yang mengatakan bahwa kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai rasa khawatir, rasa perihatin, dan rasa takut yang terkadang dialami dengan tingkat yang berbeda.

Seseorang yang mengalami kecemasan pada saat sedang berbicara di depan kelas, biasanya ditengah-tengah pembicaraannya ia akan selalu mengucapkan kata-kata seperti "ehm", atau bicarannya tersendat-sendat, kehilangan kata-kata, gagap. Hal ini akan berpengaruh pada penyampaian ide atau pendapatannya. Dengan kata lain apa yang disampaikan tidak sesuai dengan maksud yang hendak disampaikan, bahkan bisa menyebabkan adanya kemungkinan salah penerimaan. Ini semua bisa menyebabkan kesalahpahaman.

Kecemasan tidak perlu merupakan sesuatu yang patologis, karena kecemasan bisa menjadi tenaga motivasional yang kuat untuk pertumbuhan. Jika kita bisa menangkap pesan-pesan yang terkandung dalam kecemasan kita bisa mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk mengubah hidup kita sendiri. Kecemasan juga bisa muncul dari perasaan bersalah yang dialami karena kegagalannya dalam mengaktualisasikan potensi-potensinya (Corey, 1997, hal. 77). Hal ini didukung

oleh Burgoon & Ruffner (dalam Utami, 1991, hal. 4) yang mengatakan bahwa kecemasan merupakan sesuatu yang normal dan dibutuhkan pada saat kita berbicara di muka umum. Kecemasan merupakan sesuatu yang sehat yang dapat mendorong kita untuk lebih berusaha agar bisa lancar dalam menyampaikan ide atau pendapatnya. Namun kecemasan yang berlebihan akan menghambat individu dalam menggunakan kemampuannya.

Berdasarkan pengamatan penulis hampir semua orang akan mengalami kecemasan dalam keadaan tertentu, tidak juga pada saat mereka harus mengemukakan pendapatnya di depan kelas. Kecemasan berbicara di depan kelas juga dialami oleh banyak mahasiswa tidak terkecuali mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, dimana mahasiswa Fakultas Psikologi seharusnya memiliki kemampuan yang lebih untuk bisa berbicara di depan kelas dibandingkan mahasiswa dari fakultas lain karena kelak di kehidupan mendatang ia akan diminta untuk berbicara di hadapan orang banyak untuk ikut serta dalam usaha mempengaruhi atau memotivasi sikap dan perilaku masyarakat sekitarnya ke arah yang lebih positif.

Apabila dilihat lebih lanjut lagi, khususnya di Fakultas Psikologi sendiri ternyata masih ada mahasiswa yang mengalami kecemasan saat mereka harus mengemukakan pendapatnya di depan kelas walaupun ada juga mahasiswa yang mampu menyampaikan pendapatnya dengan lancar. Apabila perasaan cemas tersebut masih tetap ada dalam diri mahasiswa bagaimana nanti dia harus terjun di tengah-tengah masyarakat ? Apakah dia harus mempengaruhi atau memotivasi masyarakat sekitarnya dengan perasaan cemas ?

Berdasarkan pengamatan penulis, khususnya di Fakultas Psikologi sendiri ternyata selain mereka harus mengemukakan pendapatnya di depan kelas, ketika ada suatu pertanyaan yang diajukan oleh dosen kepada mahasiswa maupun ketika ada tugas untuk presentasi di depan ruang kuliah ada beberapa mahasiswa yang juga mengalami kecemasan. Hal ini akan terlihat ketika mereka saling melemparkan tanggung jawab siapa yang harus berbicara di depan ruang kuliah, mereka akan berubah menjadi cenderung lebih diam tanpa mau bertanya atau mengemukakan pendapatnya atau bahkan mereka cenderung menghindari situasi dimana dia harus berbicara di depan kelas. Selain itu saat mengemukakan pendapatnya di depan kelas bicaranya akan tersendat-sendat, kehilangan kata-kata, gagap.

Berdasar hal tersebut di atas, yang menjadi pertanyaan kenapa ada mahasiswa yang bisa berbicara di depan kelas tanpa merasakan rasa cemas dalam dirinya dan ada mahasiswa yang harus merasakan kecemasan yang tinggi saat dia berbicara di depan kelas ? Tentunya ada banyak faktor yang bisa berpengaruh terhadap kecemasan seseorang saat ia harus berbicara di depan kelas.

Salah satu faktor tersebut adalah konsep diri. Konsep diri yaitu evaluasi individu mengenai diri sendiri, penilaian atau penaksiran mengenai diri sendiri oleh individu yang bersangkutan (Chaplin, 1997, hal.450).

Individu yang mempunyai konsep diri negatif akan merasa tertekan, tidak aman dan merasa rendah diri sehingga akan mengalami kecemasan yang tinggi saat berbicara di depan kelas. Ia melihat dirinya tidak akan mampu untuk melakukan sesuatu tanpa mencobanya terlebih dahulu. Ia merasa tidak percaya atas kemampuan yang dimilikinya, pesimis, peka terhadap kritik membuat seseorang mengalami kesulitan untuk menyampaikan ide atau gagasannya karena rasa takut,

khawatir, cemas kalau ide atau pendapatnya diejek, disalahkan atau ditolak oleh orang lain sebab koreksi dari orang lain sering dilihatnya sebagai usaha untuk menjatuhkan harga dirinya. Dalam diskusi, ia akan lebih banyak diam, cenderung menghindari dialog terbuka dan bersikeras mempertahankan pendapatnya dengan logika yang keliru (Rakhmat, 1991, hal.105).

Sebaliknya individu yang mempunyai konsep diri positif, dia akan merasa mampu untuk mengemukakan pendapatnya di depan kelas karena ia yakin akan kemampuannya. Ketika berbicara di depan kelas ia bisa dengan lancar mengemukakan ide-idenya dengan rasa percaya diri, lebih berani dan spontan tanpa harus merasakan kecemasan yang tinggi dalam dirinya. Ia merasa lebih aman dan tenang dalam menyampaikan maupun menerima ide atau pendapat orang lain.

Untuk bisa menyampaikan pendapatnya dihadapan orang lain, diharapkan seseorang memiliki konsep diri positif. Hal ini didukung oleh Rakhmat (1991, hal.105) yang mengatakan bahwa keberhasilan berkomunikasi dengan orang lain, sangat tergantung pada kualitas konsep diri kita sendiri. Individu dengan konsep diri yang positif akan mampu untuk berbicara di depan kelas dengan rasa percaya diri, ia bisa dengan lancar menyampaikan ide atau pendapatnya tanpa harus merasakan kecemasan yang tinggi dalam dirinya.

Hal ini didukung dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Mitchel (Burns, 1993, hal. 333) yang mengungkapkan adanya korelasi negatif antara kecemasan dan konsep diri. Ini berarti semakin baik konsep diri semakin berkurang kecemasan berbicara di depan kelas yang diperlihatkan. Penelitian yang dilakukan oleh Mitchel mengenai kecemasan ini adalah kecemasan secara menyeluruh. Kecemasan berbicara di depan kelas juga termasuk salah satu dari kecemasan yang

diteliti oleh Mitchell. Jadi seseorang yang memiliki konsep diri yang kurang akan merasakan adanya kecemasan yang tinggi dalam dirinya saat ia harus berbicara di depan kelas.

Pentingnya pengaruh konsep diri pada kemampuan seseorang saat berbicara di depan kelas menimbulkan minat peneliti untuk melakukan penelitian terhadap konsep diri dan kecemasan berbicara di depan kelas. Oleh karena itu penelitian ini perlu dilaksanakan, apakah benar konsep diri seseorang akan berpengaruh pada kecemasannya saat berbicara di depan kelas?

### **B. Maksud dan Tujuan Penelitian**

Maksud dan tujuan penelitian ini, adalah untuk mengetahui hubungan secara empirik antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan kelas pada mahasiswa.

### **C. Manfaat Penelitian**

1. Secara teoritik, diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah dalam bidang psikologi terutama untuk pengembangan psikologi sosial dan ilmu pengetahuan melalui penelitian ilmiah. Selain itu juga memberikan sumbangan informasi kepada peneliti-peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti permasalahan yang sama guna penyempurnaan penelitian ini.
2. Secara praktis, memberikan sumbangan informasi kepada mahasiswa terutama kepada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang yang merasakan maupun yang tidak merasakan kecemasan berbicara di depan kelas sehingga dapat dilakukan tindakan

*preventif*, yaitu dengan cara mengembangkan konsep diri yang positif. Hal tersebut apabila hipotesis penelitian diterima, tetapi apabila hipotesis penelitian tidak diterima konsep diri yang ada dalam diri seseorang diabaikan saja karena tidak berpengaruh pada kecemasannya saat berbicara di depan kelas.

