

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Kecemasan berkomunikasi di depan umum merupakan salah satu bagian dari kecemasan komunikasi. Dalam disiplin ilmu komunikasi, rasa malu atau kecemasan tersebut dikenal dengan *Communication Apprehension (CA)*, yaitu rasa cemas dengan tindak komunikasi yang akan dan sedang dilakukan dengan orang lain (*a sense of anxiety with either real or anticipated communication with others*). Kecemasan dalam berkomunikasi ini dalam realitasnya merupakan suatu bentuk perilaku yang normal dan bukan menjadi persoalan yang serius bagi setiap orang sepanjang individu tersebut mampu mereduksi *Communication Apprehension (CA)* yang dihadapinya, sehingga tingkat kecemasannya tidak mengganggu atau berpengaruh terhadap tindak komunikasi yang dilakukannya. Namun, apabila kecemasan tersebut sudah bersifat patologis, maka individu tersebut akan menghadapi permasalahan pribadi yang bersifat serius, seperti misalnya usaha untuk selalu menghindari berkomunikasi dengan orang lain atau di depan umum yang pada akhirnya akan mengarah pada ketidakinginan individu tersebut untuk berkomunikasi.

Orang yang *aprehensif* (prihatin atau takut) di dalam berkomunikasi akan menarik diri dari pergaulan, berusaha sekecil mungkin untuk berkomunikasi jika terdesak saja. Bila kemudian ia terpaksa berkomunikasi, sering pembicaraannya tidak relevan, sebab berbicara yang relevan tentu akan mengundang reaksi yang baik dari orang lain. Hal ini sesuai dengan pernyataan Whalen bahwa individu yang mampu berkomunikasi dengan baik di depan

umum akan dianggap lebih pintar, lebih menarik, dan mampu menjadi pemimpin. Orang yang kurang mampu berkomunikasi dengan baik di depan umum mempunyai kemungkinan besar untuk gagal dalam presentasi karena tidak dapat mempengaruhi orang lain, meskipun ia mempunyai ide yang bagus.

Hal ini diperkuat dengan survei berskala nasional pada tahun 1993 yang dilakukan terhadap 1000 orang dewasa, mengajukan pertanyaan tentang hal-hal yang menjadi mimpi buruk atau kecemasan orang Amerika. Ternyata berbicara di depan suatu kelompok adalah teror utama yang menakutkan 45% orang dewasa di Amerika; 40% takut masalah keuangan; 40% takut ketinggian, 33 % merasa gemetar ketika mereka berpikir tentang air yang dalam.

Dari segi gender, ternyata persentase wanita lebih tinggi, 54% persen wanita dibandingkan 34% pria merasa takut berbicara di depan suatu kelompok.

**Tabel 1.1**  
**Kecemasan Orang Amerika Menurut Jenis Kelamin**

<b>Kecemasan Orang Amerika</b>	<b>Wanita (%)</b>	<b>Pria (%)</b>
Berbicara di depan kelompok	54	34
Masalah keuangan	42	38
Ketinggian	50	29
Air dalam	45	19
Kematian	34	28
Penyakit	34	21
Serangga dan hama	34	13
Kesendirian	27	18
Terbang	30	15
Mengendarai/naik mobil	13	7
Anjing	11	8
Kegelapan	14	4
Elevator	13	4
Eskalator	13	4

Sumber: *Bruskin/Goldring Research Report*, Februari 1993, hlm. 4 (Berko, Wolvin dan Wolvin 1995:529).

Data tersebut memperlihatkan beberapa kecemasan orang Amerika bahwa kecemasan nomor 1 orang Amerika adalah *public speaking* (berbicara di depan suatu kelompok). Dan memang setiap orang sering merasa cemas tampil di depan publik, apakah itu dalam presentasi mata kuliah, presentasi bisnis atau ketika harus berakting dalam suatu teater/drama di kampus, bahkan tak jarang orang yang berani pun masih dihantui oleh perasaan cemas saat berkomunikasi di depan umum.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Rahayu dkk (2003) pada mahasiswa Akta IV Universitas Islam Negeri (UIN) Malang menghasilkan data 45,56% mahasiswa mempunyai kecemasan tinggi, 35,27% mahasiswa mempunyai kecemasan sedang, dan 20,23% mahasiswa mempunyai kecemasan rendah dalam hal berbicara di depan umum. Berdasarkan hasil penelitian Suwandi (2004) di Fakultas Teologi Universitas Sanata Dharma, 32,8% mahasiswa mengalami kecemasan sedang, 48,3% mahasiswa mengalami kecemasan tinggi dan 12,1% mahasiswa mengalami kecemasan sangat tinggi dalam situasi berbicara di depan umum.

Penelitian tersebut juga diperkuat dengan hasil observasi dan wawancara penelitian di kamuniktas Universitas Sahid Surakarta dan Magister Profesi Psikologi UGM Yogyakarta, sejumlah mahasiswa masih mengalami kecemasan yang dirasa mengganggu pada saat berbicara di depan umum.

Pembahasan mengenai kecemasan berkomunikasi tidak dapat dilepaskan dari wacana kecemasan secara umum. Menurut Atkinson (1996: 212) kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan istilah-istilah seperti “Kekhawatiran”, “Keprihatinan”, dan “Rasa Takut”, yang kadang-kadang dialami dalam tingkat yang berbeda-beda. Sedangkan

kecemasan komunikasi di depan umum adalah suatu perasaan yang terancam, tidak menyenangkan dengan diikuti oleh reaksi fisik dan psikis akibat kekhawatiran tidak mampu menyesuaikan atau menghadapi situasi pada saat berbicara di depan umum (*publik speaking*) tanpa sebab khusus yang pasti, yang muncul sebelum atau selama berkomunikasi di depan umum. Reaksi yang muncul pada saat cemas antara lain adalah perasaan yang tidak jelas, tidak berdaya, dan tidak pasti apa yang akan dilakukan. Kecemasan sering timbul dalam menghadapi masalah sehari-hari. Misalnya mahasiswa Fakultas Dakwah saat berkomunikasi di depan umum.

Bagi beberapa mahasiswa, berkomunikasi di depan umum adalah hal yang menakutkan. Kecemasan tentu akan muncul sebelum atau pada saat berbicara di depan umum. Apalagi jika mahasiswa tidak memiliki pengetahuan dan pengalaman atau pertama kali berbicara di depan umum. Sebenarnya bagi mahasiswa yang berulang kali berkomunikasi di depan umum pun bisa mengalami hal yang sama. Mungkin perbedaannya adalah ia bisa mengelola rasa cemas sehingga pengendalian diri lebih terjaga. Hal itu karena ia sudah terlatih dan mempunyai pengalaman sebelumnya. Pengalaman dan pengetahuan berkomunikasi di depan umum memang sangat penting dalam berkomunikasi di depan umum.

Kecemasan berkomunikasi yang dialami pembicara berpengaruh terhadap proses pesan yang disampaikan. Dalam buku *The Interpersonal Communication Book* (Devito,2001:80), mengungkapkan bahwa kecemasan berkomunikasi merujuk pada rasa malu, keengganan berkomunikasi, ketakutan berbicara di depan umum, dan sikap pendiam dalam interaksi komunikasi. Kecemasan berkomunikasi pada mahasiswa saat berbicara di depan umum banyak dialami

saat berada dalam situasi tertentu. Kecemasan komunikasi yang semakin meningkat dapat menghambat komunikasi antarkelompok yaitu antara pembicara dengan audien.

Oleh karena itu, sudah selayaknya berkomunikasi di depan umum dilatih sejak dini sebelum ia siap untuk berkomunikasi di depan umum (berdakwah). Kemampuan berkomunikasi di depan umum merupakan salah satu modal utama yang dimiliki oleh seseorang mahasiswa. Sebagai kelompok yang mengenyam pendidikan tinggi, mahasiswa dituntut untuk mampu menuangkan ide dan pikirannya secara lisan, termasuk pada saat mereka diminta tampil di depan umum. Demikian pula dengan mahasiswa Fakultas Dakwah Institut Islam Nahdlatul Ulama Jepara, mereka pun dituntut untuk terampil berbicara tidak hanya dalam kegiatan yang berkaitan dengan perkuliahan, tetapi mereka juga dituntut untuk mampu berbicara di depan umum. Kompetensi mahasiswa dalam berbicara di depan umum telah menjadi tuntutan yang sewajarnya sebagai bekal kehidupan bermasyarakat.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Dasar dari kecemasan saat berkomunikasi di depan umum dapat di lihat tidak jauh berbeda dengan kecemasan sosial atau bentuk fobia sosial lainnya, dimana dasar dari kecemasan tersebut adalah keberadaan orang lain, yang mana anggapan salah mengenai khalayak menjadi “hantu” yang menakutkan dalam pikiran. Walau dalam pengklasifikasiannya ada beberapa macam situasi dimana seseorang mengalami kecemasan saat berkomunikasi di depan umum. Sedangkan untuk situasi yang lain, sebagai contoh kecemasan untuk presentasi tugas kuliah di depan kelas.

Ketidakmampuan diri untuk melawan kecemasan berkomunikasi dapat berakibat pada pembentukan rasa rendah diri, meremehkan diri sendiri, menganggap diri tidak menarik dan menganggap diri tidak menyenangkan bagi orang lain, dimana segala pikiran negatif tersebut dapat menjadi faktor penghambat perkembangan diri untuk jangka panjangnya, sedangkan saat berkomunikasi di depan umum, atau jangka pendek, pikiran negatif tersebut akan mengakibatkan tidak dapat dikendalikannya situasi.

Persoalan kecemasan berkomunikasi di depan umum sering terjadi pada mahasiswa yang belum memiliki pengalaman maupun pengetahuan dan ketrampilan dalam berkomunikasi di depan umum, akan tetapi hal itu juga terjadi pada mahasiswa yang memiliki pengalaman dan ketrampilan berkomunikasi di depan umum. Dalam mengatasi kecemasan berkomunikasi di depan umum perlu memahami secara mendalam faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan berkomunikasi di depan umum. Hal ini terjadi juga pada mahasiswa Fakultas Dakwah Institut Islam Nahdlatul Ulama (INISNU) di Jepara.

Dalam penelitian ini diangkat sebuah permasalahan yang terjadi pada kondisi mahasiswa Fakultas Dakwah di INISNU. Mahasiswa Fakultas Dakwah dituntut dan mampu berkomunikasi di depan umum dengan baik. Meskipun demikian pada praktiknya mahasiswa Fakultas Dakwah yang memiliki pengetahuan dan pengalaman masih belum mampu berbicara di depan umum karena mengalami kecemasan berbicara. Hal ini disebabkan adanya mahasiswa yang belum memiliki pengalaman dan juga mungkin dihadapkan dengan situasi baru atau hal yang baru. Adapun masalah yang diambil adalah faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan berbicara di depan umum?

### **1.3. Tujuan Penelitian**

Secara umum tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan komunikasi di depan umum pada mahasiswa Fakultas Dakwah INISNU Jepara.

### **1.4. Signifikansi Penelitian**

#### **1.4.1. Akademis**

Penelitian ini secara akademis diharapkan memberikan kontribusi pemikiran ilmu pengetahuan tentang kecemasan berkomunikasi dalam perspektif *Communication Apprehension Theory*.

Penelitian ini juga diharapkan dapat dijadikan referensi bagi peneliti-peneliti yang berkaitan dengan teori tersebut khususnya yang berkaitan dengan kecemasan komunikasi di depan umum.

#### **1.4.2. Praktis**

Penelitian ini diharapkan memberikan informasi bagi mahasiswa Fakultas Dakwah Jurusan Ilmu Komunikasi Penyiaran Islam dan dapat menjadi pegangan secara khusus bagi pelaku dakwah baik di tahap latihan maupun yang sudah profesional. Selain itu, memberi manfaat sebagai acuan untuk mengatasi kecemasan komunikasi di depan umum serta menjelaskan tentang faktor-faktor yang dapat memengaruhi kecemasan komunikasi di depan umum.

#### **1.4.3. Sosial**

Memberikan penjelasan kepada masyarakat mengenai cara mengelola rasa cemas dalam berkomunikasi di depan umum, dan tentunya memberikan pengetahuan tentang faktor penyebab timbulnya perasaan cemas saat berkomunikasi di depan umum.

## **1.5. Kerangka Teori**

### **1.5.1. Penelitian Terdahulu (*State of The Art*)**

Penelitian ini dilakukan dengan mengacu penelitian yang sudah ada sebelumnya (*State of The Art*) sebagaimana telah dilakukan penelitian oleh Astrid Indi Dwisty (2003) yang berjudul “Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum”. Dalam penelitiannya berfokus *Self-Efficacy* seorang mahasiswa. Hal ini mengandung pengertian semakin tinggi *Self-Efficacy* seorang mahasiswa maka semakin rendah tingkat kecemasan mereka dalam berbicara di depan umum.

Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara *Self-Efficacy* mahasiswa berjenis kelamin perempuan dengan mahasiswa berjenis kelamin laki-laki.

Lain halnya dengan penelitian yang dilakukan Dyannita Andarningrum Hapsari (2010) yang berjudul Pengaruh Tari kontemporer terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Remaja. Dalam penelitiannya berfokus pada perbedaan yang signifikan ini menunjukkan bahwa seni tari kontemporer mempunyai pengaruh untuk menurunkan kecemasan berbicara di depan umum pada remaja awal putri, yaitu siswi SMP Negeri 34 Semarang

Penelitian yang lain tentang Tingkat dan Faktor-faktor Kecemasan Komunikasi Mahasiswa dengan Dosen yang diteliti oleh Sugeng Wahyudi (2009) menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan dan positif tingkat komunikasi mahasiswa dalam aktivitas komunikasi dengan dosen adalah negatif, namun jarak antara kuartil dengan kategori positif tidak terlalu besar sehingga terdapat kecenderungan untuk mengalami kecemasan komunikasi, dari teori tujuh faktor

kecemasan, ada dua faktor positif yang memicu adanya mahasiswa dalam berkomunikasi dengan dosen, yaitu faktor derajat kepastian dan faktor evaluasi.

**Tabel 1.2.**  
**Hasil penelitian dalam *State of The Art***

<b>Peneliti</b>	<b>Metode Penelitian</b>	<b>Hasil</b>
Astrid Indi Dwisty Anwar dengan judul “Hubungan antara <i>Self-Efficacy</i> dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi”	Eksperimen	Ada hubungan negatif yang signifikan antara <i>Self-Efficacy</i> dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara, dengan nilai $r = -0.670$ dengan $p (0,01)$ . Hal ini mengandung pengertian semakin tinggi <i>Self-Efficacy</i> seorang mahasiswa maka semakin rendah tingkat kecemasan mereka dalam berbicara di depan umum
Dyannita Andarningrum Hapsari yang berjudul “Pengaruh Tari Kontemporer terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Remaja (Studi Eksperimental di SMP Negeri 34 Semarang)”	Eksperimen	Ada perbedaan yang signifikan antara kecemasan berbicara di depan umum pada remaja putri yang mendapat pelatihan seni tari kontemporer (kelompok eksperimen) dengan remaja putri yang tidak mendapatkan pelatihan seni tari kontemporer (kelompok kontrol). Perbedaan yang signifikan ini menunjukkan bahwa seni tari kontemporer mempunyai pengaruh untuk menurunkan kecemasan berbicara di depan umum pada remaja awal putri, yaitu siswi SMP Negeri 34 Semarang
“Tingkat dan Faktor-faktor Kecemasan Komunikasi Mahasiswa dengan Dosen”	Eksperimen	Tingkat komunikasi mahasiswa dalam aktivitas komunikasi dengan dosen adalah negatif, namun jarak antara kuartil dengan kategori positif tidak terlalu besar sehingga terdapat kecenderungan untuk mengalami kecemasan komunikasi, dari teori tujuh faktor kecemasan, ada dua faktor positif yang memicu adanya mahasiswa dalam berkomunikasi dengan dosen, yaitu faktor derajat kepastian dan faktor evaluasi.

Berdasarkan penelitian terdahulu maka penelitian yang akan dilakukan penelitian ini berbeda dari sisi obyek penelitian karena dilakukan di Institut Islam Nahdlatul Ulama Jepara, dari variabel yang digunakan juga berbeda

karena dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif menggunakan teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan *total sampling*.

### **1.5.2. Paradigma Penelitian**

Penelitian tentang faktor-faktor kecemasan komunikasi di depan umum di kalangan mahasiswa Fakultas Dakwah Institut Islam Nahdlatul Ulama Jepara ini menggunakan paradigma *positivistik*. Paradigma *positivistik* merupakan keyakinan dasar atau cara pandang yang membimbing peneliti, tidak hanya dalam memilih metode tetapi dalam *ontologi* dan *epistemologi*.

Ditinjau dari aspek ontologi bahwa penelitian ini merupakan realitas nyata yang dapat ditangani dengan konsentrasi utamanya objektivitas yaitu dengan menggunakan uji validitas dan reliabilitas terhadap kuesioner yang digunakan. Adapun dari aspek epistemologi bahwa temuan-temuan benar yang diuji secara sangat matematis sehingga mengutamakan objektivitas dan bebas nilai (*value free*) artinya tidak terpengaruh atau tidak ada nilai-nilai dari luar yang masuk. Sedangkan dari aspek metodologi bahwa dimaksud untuk verifikasi hipotesis yaitu membuktikan hipotesis dengan metode utama kuantitatif.

### **1.5.3. Tradisi Sosiopsikologis**

Tradisi sosiopsikologis dalam literatur komunikasi mempunyai pengaruh yang sangat kuat pada bagaimana seseorang berfikir tentang pelaku komunikasi sebagai individu. Menurut Littlejohn (2009:97) tradisi dimodelkan pada penelitian tentang perilaku manusia. Dasar tradisi adalah konsistensi perilaku seseorang terhadap situasi. Salah satu tujuan dari psikologi adalah untuk mengidentifikasi serta mengukur kepribadian dan sifat individu.

Tradisi ini mempunyai pengaruh yang sangat besar tentang bagaimana cara berfikir tentang pelaku komunikasi sebagai individu. Tujuan tradisi ini adalah untuk memahami bagaimana dan mengapa setiap individu manusia berperilaku seperti yang mereka perbuat. Sedangkan dalam komunikasi ilmu pengetahuan dalam tradisi ini mencoba menjawab apa yang memperkirakan bagaimana perilaku komunikasi akan berpikir dan bertindak dalam kondisi seperti ini. Dalam hal ini akan dibahas dalam dua teori sifat dan *Communication Apprehension Theory*. Sifat adalah sebuah kualitas atau karakteristik pembeda ini merupakan cara berfikir, merasakan dan bertindak laku yang konsisten terhadap situasi. Mungkin yang diyakini psikolog bahwa perilaku ditentukan oleh sebuah gabungan dari faktor sifat dan situasi. Bagaimana komunikator berkomunikasi tergantung pada sifat komunikator yang diperlihatkan sebagai seorang individu dan situasinya.

Para peneliti pada tradisi ini tertarik dalam mengelompokkan ciri komunikasi, bahkan yang lebih penting lagi pemahaman apa yang ada di balik perilaku. Dengan kata lain, pernyataan-pernyataan tentang apa yang menyebabkan orang cemas dalam berkomunikasi serta bagaimana seseorang mengatasi kecemasan itu agar komunikasi dapat tercapai,

Pada penelitian ini yang berjudul “Faktor-faktor yang Memengaruhi Kecemasan Komunikasi di Depan Umum” membahas mengenai kecemasan seorang mahasiswa Fakultas Dakwah. Mahasiswa dituntut untuk bisa berkomunikasi di depan umum untuk menyampaikan pesan dengan baik tanpa ada hambatan dalam proses komunikasi. Dengan demikian tradisi sosiopsikologis menjadi sudut pandang tradisi yang digunakan dalam penelitian ini.

#### 1.5.4. Kecemasan Komunikasi

Kecemasan dapat terjadi dalam berbagai situasi, salah satunya adalah kecemasan yang dialami dalam lingkup komunikasi. Kecemasan dalam melakukan komunikasi diungkapkan oleh West & Turner (2008:18) sebagai kecemasan komunikasi yaitu ketakutan berupa perasaan negatif yang dirasakan individu dalam melakukan komunikasi, biasanya berupa perasaan tegang, gugup atau pun panik ketika melakukan komunikasi.

Kecemasan komunikasi dapat diistilahkan *reticence*, yaitu ketidakmampuan individu untuk mengikuti diskusi secara aktif, mengembangkan percakapan, menjawab pertanyaan yang diajukan di kelas, yang bukan disebabkan oleh kurangnya pengetahuan akan tetapi karena ketidakmampuan dalam menyusun kata-kata dan ketidakmampuan menyakinkan pesan secara sempurna, meskipun sudah dipersiapkan sebelumnya.

Sedangkan menurut Devito, (1986:16) kecemasan komunikasi dapat dipahami dalam dua perspektif, yaitu:

1. Perspektif kognitif (*cognitive*). Dintjau dari perspektif kognitif. "*Communication apprehension is a fear of engaging in communication transaction*". Kecemasan komunikasi adalah perasaan takut atau tingkat kegelisahan dalam transaksi komunikasi. Dalam perspektif ini seseorang cenderung untuk membangun perasaan negatif serta memperkirakan hasil-hasil yang negatif pula dari transaksi komunikasi yang dilakukan. Artinya, rasa cemas atau takut akan selalu membayangi dirinya dari transaksi komunikasi.
2. Perspektif behavioral (*Behaviorally*). Dintinjau dari perspektif behavioral, "*Communication apprehension is a decrease in the frequency, the strength*

*and the likelihood of engaging in communication transactions”.*

Kecemasan komunikasi adalah pengurangan frekuensi, kekuatan dan ketertarikan dalam transaksi komunikasi. Gejala yang nampak dari perspektif ini bahwa seseorang akan menghindari situasi komunikasi apabila itu mengharuskan mereka untuk ikut ambil bagian atau berpartisipasi secara aktif dalam proses komunikasi. Pada situasi ini, sedapat mungkin mereka mengambil sedikit peran. Terdapat beberapa istilah yang digunakan dalam memahami gejala ini, seperti demam panggung (*stage fright*), kecemasan berbicara (*speech anxiety*), atau stress kerja (*performance stress*). Gejala-gejala tersebut muncul manakala seseorang harus bekerja dibawah pengawasan orang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan komunikasi yaitu ketakutan, kekhawatiran, berupa perasaan negatif yang dirasakan individu dalam melakukan komunikasi, biasanya berupa perasaan tegang, gugup, atau pun panik yang dialami individu dalam melakukan komunikasi ketika berada di dalam situasi tertentu, baik dalam situasi komunikasi yang nyata atau pun komunikasi yang akan dilakukan individu dengan orang lain maupun dengan orang banyak.

#### **1.5.5. Kecemasan Komunikasi di Depan Umum**

Kecemasan komunikasi di depan umum menurut Opt & Laffredo, (2000:15) menyebutkan kecemasan berkomunikasi di depan umum disebut dengan istilah “*Communication Apprehension*”. Hal ini menjelaskan bahwa kecemasan komunikasi di depan umum merupakan bentuk perasaan takut atau cemas secara

nyata ketika berkomunikasi di depan orang-orang sebagai hasil proses belajar sosial. Ada perbedaan antara berkomunikasi di depan umum dengan berkomunikasi biasa. Pada konteks berkomunikasi biasa individu merasa aman untuk menyampaikan pikiran-pikirannya. Berbeda dengan berkomunikasi di depan umum secara otomatis individu tersebut menjadi pemimpin dan memegang kendali penuh dari banyak orang. Oleh karena itu dapat dijelaskan individu yang mengalami kecemasan berkomunikasi di depan umum tidak mengalami kecemasan berkomunikasi pada saat biasa. Individu biasanya hanya menjadi cemas karena berhubungan dengan situasi berkomunikasi di depan umum.

Kecemasan berkomunikasi di depan umum termasuk pada *Communication Apprehension In Generalized Context*. Dalam *Communication Apprehension in Generalized Context* beberapa individu mengalami kecemasan hanya pada kondisi tertentu, maksudnya ada tipe general dari setting atau kondisi yang menimbulkan kecemasan. Penekanannya adalah bahwa fenomena kecemasan berkomunikasi di depan umum berpusat pada pembicara. Konteks yang banyak ditemui adalah berkomunikasi di depan umum, misalnya memberi pidato, presentasi di depan kelas, pada saat pertemuan atau *meeting*. Individu akan mengalami kecemasan ketika akan membayangkan sampai berlangsungnya pengalaman berkomunikasi di depan umum.

Jadi dapat disimpulkan bahwa kecemasan berkomunikasi di depan umum adalah situasi yang terancam, tidak menyenangkan yang diikuti oleh sensasi fisik, psikis akibat kekhawatiran karena tidak mampu menyesuaikan atau menghadapi situasi saat berkomunikasi di depan umum tanpa sebab yang pasti, yang muncul sebelum atau selama berkomunikasi.

### **1.5.6. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kecemasan Berkomunikasi**

Kecemasan komunikasi yang dialami individu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut DeVito, (2001:81-82), faktor yang mempengaruhi meningkatnya kecemasan komunikasi yaitu:

a. *Degree of Evaluation*

Semakin tinggi individu merasa dirinya sedang dievaluasi, maka kecemasan akan semakin meningkat.

b. *Subordinate Status*

Saat individu merasa bahwa orang lain memiliki kemampuan komunikasi yang lebih baik atau pengetahuan yang jauh lebih luas darinya, maka kecemasan berkomunikasi akan semakin meningkat.

c. *Degree of Conspicuousness*

Semakin menonjol seorang individu, maka kecemasan berkomunikasi akan semakin tinggi. Inilah alasan mengapa orang yang berpidato di antara khalayak ramai, akan lebih cemas dibandingkan mereka yang berbicara dalam sebuah kelompok kecil.

d. *Degree of Unpredictability*

Semakin banyak situasi tak terduga, maka semakin besar tingkat kecemasan.

e. *Degree of Dissimilarity*

Saat individu merasakan sedikit persamaan dengan teman bicaranya, maka individu tersebut akan merasakan kecemasan berkomunikasi.

f. *Prior Success and Failures*

Keberhasilan atau kegagalan individu di satu situasi berpengaruh terhadap respon individu pada situasi berikutnya.

g. *Lack of Communication Skills and Experience*

Kurangnya kemampuan dan pengalaman akan menyebabkan kecemasan berkomunikasi, terutama jika tidak berusaha untuk meningkatkan kemampuannya.

Hal lain dijelaskan dalam studi penelitian Michael Beatty (dalam DeVito: 1996:373) menemukan faktor yang mempengaruhi terjadinya kecemasan mahasiswa dalam berbicara di depan umum yaitu:

a. Hal baru

Situasi yang sifatnya baru dan berbeda membuat gelisah. Jika anda sudah mengalami beberapa kali berbicara di depan umum, maka kegelisahan semacam itu akan berkurang.

b. Status rendah.

Jika merasa bahwa orang lain merupakan pembicaraan yang lebih baik, maka kegelisahan anda akan meningkat. Dengan berfikir positif mengenai diri anda sendiri dan dengan persiapan yang matang maka kegelisahan akan berkurang.

c. Kesadaran.

Jika merasa menjadi pusat perhatian, seperti yang anda alami jika berbicara di depan umum, maka kegelisahan anda akan meningkat. Dengan menganggap bahwa ketika berbicara di depan umum, maka kegelisahan akan meningkat. Dengan menganggap bahwa berbicara di depan umum itu sebagai layaknya ngobrol saja maka persaan itu akan membantu mengurangi kegelisahan tersebut. Jika seseorang dengan bebas

dapat berbicara di kelompok kecil, maka anggap saja bahwa khalayak yang dihadapi adalah kelompok kecil yang “diperbesar”.

b. Perbedaan

Jika merasa bahwa khalayak yang anda hadapi sedikit persamaan dengan anda, maka kegelisahan anda akan meningkat. Oleh karena itu, tekanlah persamaan antara diri anda dengan khalayak yang anda hadapai ketika anda merencanakan pembicaraan termasuk juga ketika anda berbicara dihadapan mereka.

c. Pengalaman yang lalu

Jika anda pernah mempunyai pengalaman demam panggung, maka kecenderungan timbul kegelisahan yang meningkat jika harus berbicara di depan umum. Pengalaman positif dalam berbicara di depan umum akan mengurangi kegelisahan anda.

Perwujudan kecemasan yaitu demam panggung, jantung berdebar lebih keras, lupa akan apa yang dibicarakan, terkadang memutar-mutar pembicaraan, telapak tangan dan kaki dingin dan berkeringat, nafas terengah-engah, hampir seluruh otot tegang, suhu terasa panas, tangan dan kaki gemetar, suara bergetar, berbicara cepat tetapi tidak jelas, tidak dapat mendengar dengan baik atau tidak berkonsentrasi, merasa ingin buang air kecil, gelisah.

Burgoon (dalam Infante et. al, 1990:146) dalam penelitiannya menemukan beberapa aspek yang memberikan kontribusi terhadap munculnya ketidakinginan individu untuk berkomunikasi dengan orang lain, yaitu:

1) Alienasi sosial

Aliensi sosial ini terjadi ketika seseorang tidak mampu mengadopsi nilai-nilai dan norma-norma kemasyarakatan. Individu tersebut dalam kesehariannya masih mengembangkan perasaan gelisah (*insecurity*), isolasi, dan perasaan tidak mempunyai kekuasaan (*powerlessness*). Individu yang teralienasi tidak memiliki keinginan untuk berkomunikasi dengan orang lain, karena ia selalu mengembangkan kecurigaan terhadap orang lain.

2) Introversi

Introversi merupakan aspek lain yang memberi kontribusi terhadap ketidakinginan seseorang untuk berkomunikasi dengan orang lain, karena orang yang mempunyai sifat tertutup (*introvert*) tidak menempatkan komunikasi sebagai medium interaksi yang penting dan karenanya komunikasi tidak cukup dibutuhkan oleh individu yang berkepribadian tertutup.

3) Harga diri (*self-esteem*)

Harga diri merupakan satu bagian dari sindrom ketidakinginan untuk berkomunikasi, karena individu yang mempunyai harga diri yang rendah akan merasa khawatir orang lain memberi reaksi negatif kepadanya. Akibatnya, ia kurang termotivasi untuk berkomunikasi karena ia merasa tidak bisa untuk melakukannya.

4) Perbedaan etnis dan kultural

Dalam konteks ini, orang berasal dari anggota etnik minoritas akan merasa ragu-ragu untuk berkomunikasi dengan orang yang berasal dari anggota etnik mayoritas, sebab biasanya orang dari etnik mayoritas akan

mengkritik penggunaan bahasa yang dipakai oleh individu dari etnik minoritas. Ketidakinginan dari etnik minoritas untuk berkomunikasi tersebut disebabkan oleh usaha untuk menghindari tekanan yang mengarah kepadanya.

Faktor penyebab yang lain dalam kecemasan berkomunikasi yaitu kurang mempersiapkan diri, harapan yang terlalu tinggi, cemas karena akan dinilai, pengalaman buruk di masa lampau yang menjadi ketakutan tersendiri, pembicara di hadapkan dengan situasi baru, merasa mempunyai saingan yang lebih unggul, merasa memiliki tekanan dari pewawancara, memiliki pemikiran akan mengalami situasi bahaya.

#### **1.5.6.1. *Degree of Evaluation***

Jika dalam situasi komunikasi tertentu seseorang merasakan dirinya akan dinilai oleh orang lain, maka hal tersebut juga dapat menimbulkan kecemasan. Penilaian dapat mengangkat atau justru dapat menjatuhkan harga diri seseorang. Tetapi umumnya kita lebih memperhatikan sebab yang kedua, yaitu bahwa penilaian dapat menjatuhkan harga diri seseorang. Pikiran yang sering muncul misalnya: “Bagaimana kalau kita kelihatan tolol atau bodoh dihadapan orang banyak? Bagaimana bila kita dipermalukan oleh orang yang mendengarkan pembicaraan kita? Bagaimana bila kita dipermalukan oleh orang lain? Atau alangkah malunya kalau humor kita dapat membuta orang tertawa?” Namun, sebenarnya semua pertanyaan yang kita takutnyakan itu lebih banyak muncul pada persepsi kita sendiri dari pada kenyataan.

### **1.5.6.2. Subordinate Status**

Saat individu merasa bahwa orang lain memiliki kemampuan komunikasi yang lebih baik atau pengetahuan yang jauh lebih luas darinya, maka kecemasan berkomunikasi akan semakin meningkat. Kemampuan komunikasi dan pengetahuan menjadi modal utama untuk berbicara di depan umum, tanpa bekal dan kemampuan yang memadai tentunya pesan yang akan disampaikan kepada khalayak tidak akan terwujud dengan baik. Maka tidak mustahil individu yang tidak memiliki bekal dan kemampuan berkomunikasi akan mengalami kecemasan komunikasi. Untuk itu calon *mubaligh* harus mempunyai kompetensi komunikasi yang memadai. Kompetensi komunikasi diartikan sebagai seperangkat kemampuan seorang komunikator untuk menggunakan berbagai sumber daya yang ada di dalam proses komunikasi. Dengan kata lain, kompetensi komunikasi adalah pengetahuan yang dimiliki pegawai untuk berkomunikasi dengan baik dimana menggunakan pesan-pesan yang dianggap tepat dan efektif.

Edwardin, (2006:15) menjelaskan bahwa indikator pengukuran kompetensi komunikasi antara lain sebagai berikut:

#### **1. Motivasi Komunikasi**

Motivasi komunikasi sering kali terkait dengan kesediaan seseorang untuk mendekati atau menghindari interaksi dengan yang lain.

#### **2. Pengetahuan Komunikasi**

Untuk membuat rencana tindakan, seringkali disebut sebagai skenario komunikasi. Para komunikator yang kompeten memiliki pengetahuan prosedural untuk menyusun dan menjalankan skenario ini didalam situasi sosial yang berbeda dan harus memiliki kemampuan perseptif untuk

membaca situasi sosial. Pengetahuan prosedural adalah mengetahui bagaimana, bukan isi dari mengetahui bahwa atau mengetahui apa. Pengetahuan ini diraih melalui pendidikan, pengalaman, dan dengan pengamatan apa yang disebut prototipe dari kompetensi interpersonal, sebuah *role model* sekaligus mengetahui standar organisasi untuk komunikasi.

### 3. Keterampilan Komunikasi

Mencakup kinerja aktual dari perilaku. Hal ini sering kali merupakan bagian yang sulit bagi komunikator mengubah motivasi dan rencana menjadi tindakan. Individu sering kali termotivasi untuk berkomunikasi dan memiliki pengetahuan. Namun, kurang keterampilan dalam pengkomunikasiannya secara aktual. Pendekatan-pendekatan ketrampilan lain fokus pada kemampuan psikomotor kemampuan seseorang untuk berbicara, mendengar, melihat dan mengungkapkan pesan secara non-verbal dalam situasi tertentu. Keterampilan yang dibutuhkan oleh organisasi termasuk pembinaan hubungan, menyimak dan mengikuti instruksi, memberikan umpan balik, bertukar informasi, mencari umpan balik, dan penyelesaian masalah.

#### ***1.5.7. Lack of Communication Skills and Experience***

Kurangnya kemampuan dan pengalaman akan menyebabkan kecemasan berkomunikasi, terutama jika tidak berusaha untuk meningkatkan kemampuannya. Pengalaman merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia sehari-harinya. Pengalaman juga sangat berharga bagi setiap manusia, dan pengalaman juga dapat diberikan kepada siapa saja untuk digunakan dan menjadi pedoman serta pembelajaran manusia. Pengalaman dapat diartikan juga sebagai memori episodic, yaitu memori yang menerima dan

menyimpan peristiwa yang terjadi atau dialami individu pada waktu dan tempat tertentu, yang berfungsi sebagai referensi otobiografi.

Pada buku yang berjudul “*Human Communication*” Burgoon dan Ruffner menyebutkan adanya faktor yang menyebabkan kecemasan komunikasi di depan umum, yaitu kurangnya pengalaman yang tidak menyenangkan yang dirasakan individu. Hal ini mengakibatkan individu cenderung mempunyai pikiran dan perasaan yang negatif terhadap dirinya dan kemudian menghindari bicara di depan umum. Individu menyakini bahwa kejadian yang buruk terjadi. Meskipun pada kenyataan tidak semua pikirannya akan menjadi kenyataan.

#### **1.5.8. Teori Sifat**

Teori ini membahas cara berpikir, merasakan, dan bertingkah laku yang konsisten terhadap situasi-situasi. Sifat-sifat tersebut sering digunakan untuk memprediksi perilaku sehingga dapat dipahami jika teori sifat dan perilaku dimasukkan dalam ilmu komunikasi yang mengkaji tentang pertentangan dan kecemasan komunikasi. Kedua hal tersebut adalah sifat yang paling mendasar yang diteliti dalam tradisi sosiopsikologis. (Littlejohn, 2009:98)

*Pertama*, pertentangan adalah kecenderungan untuk ikut serta dalam percakapan tentang topik-topik kontroversial, untuk mendukung sudut pandang, dan atau untuk menolak keyakinan yang berbeda. Dominic Infante yang mengembangkan konsep ini yang menyakini bahwa pertentangan dapat meningkatkan pembelajaran, membantu seseorang untuk memahami sudut pandang orang lain, mempertinggi kredibilitas, dan membantu ketrampilan komunikasi.

*Kedua*, kecemasan dalam berkomunikasi. menyebabkan banyak orang yang takut dan tidak suka berkomunikasi serta. Dalam bidang komunikasi yang dikenal dengan *Communication Apprehension (CA)*. walaupun setiap orang yang mengalami saat ketakutan, sifat *Communication Apprehension* merupakan kecenderungan untuk mengalami kecemasan saat berkomunikasi dalam berbagai keadaan. Ketakutan yang normal bukanlah suatu masalah, selain patologis *Communication Apprehension* yang merupakan keadaan individu menderita ketakutan ekstrim secara terus-menerus dalam berkomunikasi yang menjadi masalah. *Communication Apprehension* yang secara tidak normal menciptakan masalah-masalah kepribadian, termasuk masalah ekstrim dan penghindaran terhadap komunikasi dalam masyarakat.

Dalam *Communication Apprehension*, sesuatu harus terjadi agar komunikasi dipandang sebagai stimulus pengalih. Hal ini melibatkan hampir seluruh bagian otak, sistem pengaktifan perilaku atau *Behavioral Activation System (BAS)*. Sistem ini berhubungan dengan penghargaan, sehingga terlihat seperti merangsang motivasi dan menimbulkan adanya tindakan. Bahkan, orang yang ketakutan paling tidak sewaktu-waktu dapat termotivasi untuk berkomunikasi karena merasa akan mendapatkan penghargaan. Sebagai contoh, meskipun *Communication Apprehension* tinggi mungkin mereka dapat maju dan memberikan presentasi dalam kelas, karena ingin mendapatkan nilai yang bagus. Masalah bagi individu dalam komunikasi adalah ketika mereka memberikan pidato, yang kemudian membuat kesan tidak nyaman. Mereka akan terus mengingat hal tersebut dan terus mengisolasi pengalaman dalam berkomunikasi dengan stimulus yang negatif.

### **1.5.9. *Communication Apprehension Theory***

Teori *Communication Apprehension* atau disebut dengan rasa malu, keengganan, ketakutan berbicara di depan umum, dan sikap pendiam merujuk pada perasaan takut atau kecemasan dalam interaksi komunikasi. Individu tersebut akan mengembangkan perasaan-perasaan negatif dan memprediksikan hal-hal negatif saat terlibat dalam interaksi komunikasi. (DeVito, 2001-80)

Kecemasan berkomunikasi atau *Communication Apprehension* merupakan bagian dari teori-teori tentang trait. Kecemasan berkomunikasi memiliki variabel yang memiliki jenjang rendah sampai tinggi. Dan dalam penerapan praktisnya, persoalan tentang kecemasan berkomunikasi ini dapat diatasi dengan perlakuan-perlakuan tertentu (*treatable*) kepada individu yang mengalaminya. Solusi yang sebaiknya dilakukan untuk mengatasi atau mengurangi kecemasan berkomunikasi dengan orang lain adalah melalui berbagai upaya individu untuk melibatkan diri secara sosial (Lewis & Slade, 1994:109-111).

Wujud nyata dari keterlibatan sosial seseorang adalah perilaku yang bersifat responsif dan asertif. Perilaku asertif seringkali diberi makna sebagai kemampuan dari seseorang untuk memiliki kepekaan terhadap perilaku komunikasi orang lain atau kemampuan seseorang untuk menemukan cara-cara yang sesuai dalam menilai perilaku atau komentar orang lain. Perilaku yang responsif juga memiliki aspek empati. Artinya, seseorang secara non verbal akan selalu berupaya membesarkan hati orang lain dengan mencoba memahami dan merasakan apa yang sedang dialami seseorang. Salah satu model alternatif yang ditawarkan mengenai kemampuan berkomunikasi yang berkaitan dengan keterlibatan sosial.

Model ini menegaskan bahwa orang yang memperlihatkan tataran keterlibatan sosial yang tinggi mengindikasikan adanya kemungkinan bahwa orang tersebut suka bergaul (*sociable*) dan bersikap ramah (*outgoing*). Bell menegaskan adanya 3 (tiga) perilaku yang secara khusus penting dalam mengkomunikasikan keterlibatan sosial, yaitu perilaku perseptif, atentif, dan responsif. Perilaku perseptif melibatkan keterpaduan makna diri (*self*) dalam hubungan dengan orang lain. Setelah seseorang berperilaku secara perseptif, ia melanjutkan perilakunya secara atentif, yaitu perhatian selektif kepada informasi yang relevan terhadap interaksi yang sedang berlangsung. Dan pada akhirnya, seseorang perlu menunjukkan perilaku responsifnya secara sosial, seperti misalnya kemampuan untuk bertindak secara pantas dengan kesadaran tentang peran antarpribadinya. Dalam komunikasi publik penyampaian pesan berlangsung secara kontinu. Dapat didefinisikan siapa yang berbicara (sumber) dan siapa pendengarnya. Interaksi antara sumber dan penerima terbatas, sehingga digunakan sangat terbatas. Hal ini disebabkan karena waktu yang digunakan sangat terbatas, dan jumlah khalayak yang relatif besar. Sumber sering tidak dapat mengidentifikasi satu per satu pendengarnya. Ciri lain yang dimiliki komunikasi publik bahwa pesan yang disampaikan itu tidak berlangsung secara spontanitas, tetapi terencana dan dipersiapkan lebih awal. Tipe komunikasi publik biasanya ditemui dalam berbagai aktivitas seperti kuliah umum, khotbah rapat akbar pengarahan, dan ceramah.

Secara teoritik, kecemasan untuk berkomunikasi dengan orang lain dapat dipilah menjadi dua bagian, yaitu kecemasan berkomunikasi yang muncul dalam diri seseorang (*trait*) dan kecemasan yang timbul karena situasi sosial yang menyebabkan seseorang tidak mampu menyampaikan pesannya secara jelas

(state). McCroskey (1996:106) membagi kecemasan berkomunikasi dalam 4 (empat) tipe yaitu:

1) *Traitlike Communication Apprehension*

Derajat kecemasan yang relatif stabil dan relatif panjang waktunya ketika seseorang dihadapkan pada berbagai konteks komunikasi, seperti dalam *publik speaking*, pertemuan-pertemuan (*meetings*), komunikasi antarpribadi, dan komunikasi kelompok. Sementara itu *Traitlike Communication Apprehension* juga bisa dilihat sebagai refleksi kepribadian dari seseorang yang mengalami tingkat kecemasan berkomunikasi.

2) *Context-Based Communication Apprehension*

Menegaskan bahwa meskipun orang cenderung konsisten terhadap konteks waktu, namun dalam beberapa hal, kecemasan berkomunikasi akan berubah konteksnya. Misalnya, seseorang yang akan mengalami kecemasan ketika berbicara di depan umum dibandingkan ketika ia berada dalam konteks diskusi kelompok. Sebaliknya ia merasa akan tidak cemas ketika berpidato, namun ia merasa tidak nyaman ketika dengan orang lain secara tatap muka.

3) *Audience Communication Apprehension*

Merupakan *Communication Apprehension* yang dialami seseorang ketika ia berkomunikasi dengan tipe-tipe orang tertentu tanpa memandang waktu atau konteks. Anggota khalayak yang bersifat khusus ini akan memicu munculnya reaksi kecemasan. Misalnya, seseorang yang mengalami kecemasan berkomunikasi dengan orang tua akan mengalami *Communication Apprehension* ketika menyampaikan sebuah pidato di

mana orang tua mereka berada dalam kumpulan khalayak tersebut, meskipun sebenarnya mereka tidak merasa cemas ketika mereka akan melakukan kegiatan *publik speaking*. Individu tersebut akan merasakan kecemasan yang sama ketika ia berbicara secara pribadi dengan orang tuanya.

4) *Situasional Communication Apprehension*

Berhubungan dengan situasi ketika seseorang mendapatkan perhatian yang tidak biasa (*unusual*) dari orang lain, seperti misalnya ketika individu sedang melakukan *publik speaking*, atau berhubungan dengan orang lain yang memiliki status sosial atau jabatan yang lebih tinggi.

**1.5.10. Anxiety Uncertainty Management Theory**

Teori Pengelolaan Kecemasan Ketidakpastian menjelaskan ketika dua individu dengan individu dengan latar belakang budaya yang saling berbeda mencoba berinteraksi untuk pertama kalinya akan mengalami kegelisahan dan kecemasan dalam melakukan komunikasi. Mereka akan mengalami kebimbangan dalam menginterpretasikan pesan atau perilaku yang dilakukan. Griffin, (2009:132).

Ada tiga faktor utama yang dapat menyebabkan kegelisahan dan kecemasan yaitu, motivasi, pengetahuan, dan ketrampilan. Faktor motivasi terdiri dari *needs* (kebutuhan), *attraction* (ketertarikan), *social bonds* (lingkungan sekitar), *self-conceptions* (konsep diri), dan *openness to new information* (keterbukaan terhadap informasi baru). Faktor pengetahuan terdiri dari *expectation* (harapan), *shared networks* (jaringan), *knowledge of more than one perspective* (pengetahuan yang bervariasi), *knowledge of alternative interpretation* (pengetahuan tentang variasi pemahaman), *knowledge of similarities and differences* (pengetahuan tentang persamaan dan perbedaan).

Faktor ketrampilan terdiri dari *ability to empathize* (kemampuan untuk berempati), *ability to create new categories* (kemampuan untuk membuat). Ketika ketidakpastian berkurang, maka kecemasan yang dialami pun akan ikut berkurang. Kurangnya kemampuan dan pengalaman dapat dijelaskan dengan menggunakan Teori Pengurangan Ketidakpastian. Teori ini mengungkapkan bagaimana sebuah komunikasi digunakan untuk mengurangi ketidakpastian di antara orang asing yang terlibat dalam pembicaraan satu sama lain. Ketika ketidakpastian berkurang, maka kecemasan yang dialami pun akan ikut berkurang (West & Turner, 2008 : 173).

#### **1.5.11. *Uncertainty Reduction Theory***

Di dalam penelitian kecemasan berkomunikasi di depan umum pada literatur komunikasi dihubungkan dengan teori pengurangan ketidakpastian. Teori ini menekankan pada proses dasar tentang bagaimana kita bertemu dan terlibat dalam percakapan dengan orang yang belum kita kenal maka biasanya banyak pertanyaan yang muncul di kepala kita mengenai orang tersebut, dan kita tidak memiliki jawaban pasti atas berbagai pertanyaan tersebut. Kita mengalami ketidakpastian, dan karenanya kita mencoba untuk mengurangi ketidakpastian tersebut melalui interaksi komunikasi. Teori Pengurangan Ketidakpastian menjadi dasar untuk memahami kesulitan dalam berkomunikasi di depan umum. Sehingga ada upaya untuk mengurangi ketidakpastian merupakan salah satu dimensi penting dalam upaya membangun hubungan (*relationship*) dengan orang lain. West & Turner, (2008:173)

Pada teori ini, ketika kita berkomunikasi, kita membuat rencana untuk mencapai tujuan kita. Kita merumuskan rencana bagi komunikasi yang akan kita

lakukan dengan orang lain berdasarkan tujuan dan informasi yang telah kita miliki. Semakin besar ketidakpastian maka kita akan semakin berhati-hati, kita akan semakin mengandalkan data yang kita miliki. Jika ketidakpastian itu semakin besar maka kita akan semakin cermat dalam merencanakan apa yang akan kita lakukan. Pada saat kita merasa sangat tidak pasti mengenai orang lain maka kita mulai mengalami krisis kepercayaan terhadap rencana kita sendiri dan kita mulai membuat berbagai rencana cadangan atau rencana alternatif lainnya dalam hal kita memberikan respon pada orang lain. Daya tarik dan keinginan berafiliasi yang ada pada diri individu memiliki hubungan positif dengan upaya mengurangi ketidakpastian. Misalnya, ungkapan nonverbal seseorang dapat mengurangi ketidakpastian orang lain, dan pengurangan ketidakpastian dapat meningkatkan ungkapan nonverbal.

West & Turner, (2008:179-181), mengemukakan aksioma teori pengurangan ketidakpastian. Dalam hal ini terdapat tujuh aksioma sebagai berikut:

1. Ketidakpastian yang tinggi pada tahap masukan mendorong peningkatan komunikasi verbal di antara orang yang tidak saling mengenal. Peningkatan komunikasi verbal pada akhirnya akan mengurangi tingkat ketidakpastian, dan manakala ketidakpastian terus menurun jumlah komunikasi verbal meningkat. Dua orang yang tidak saling mengenal perlu berbicara lebih banyak agar mereka menjadi lebih pasti satu sama lainnya. Ketika mereka sudah saling mengetahui mereka akan lebih banyak berbicara satu sama lainnya. Dalam hal ini, terdapat hubungan negatif antara ketidakpastian dan komunikasi verbal.

2. Pada tahap awal interaksi, ketika ungkapan nonverbal meningkat maka tingkat ketidakpastian menurun. Penurunan ketidakpastian akan mendorong peningkatan ungkapan non verbal. Jika dua orang yang tidak saling mengenal menunjukkan komunikasi nonverbal yang baik maka mereka akan semakin pasti satu sama lainnya. Kepastian yang lebih besar akan mendorong peningkatan komunikasi nonverbal satu sama lainnya. Dalam hal ini terdapat hubungan antara ketidakpastian dan komunikasi nonverbal.
3. Ketidakpastian yang tinggi akan meningkatkan upaya untuk mencari informasi mengenai perilaku orang lain. Ketika tingkat ketidakpastian menurun maka pencarian informasi perilaku menurun. Pernyataan ini menunjukkan adanya hubungan positif antara ketidakpastian dan pencarian informasi.
4. Tingkat ketidakpastian tinggi dalam suatu hubungan menyebabkan turunnya tingkat keakraban isi komunikasi. Tingkat ketidakpastian yang rendah menghasilkan tingkat keakraban yang tinggi. Tingkat keakraban tinggi ditandai dengan keterbukaan para pihak untuk mengungkapkan informasi. Pernyataan ini menunjukkan hubungan negatif antara ketidakpastian dan tingkat keakraban
5. Tingkat ketidakpastian tinggi menghasilkan tingkat resiprositas tinggi. Tingkat ketidakpastian rendah menghasilkan tingkat resiprositas rendah. Kedua pernyataan menunjukkan hubungan positif. Dua orang yang baru pertama kali terlibat dalam percakapan akan cenderung meniru satu sama lainnya. Adapun yang dimaksud dengan resiprositas adalah jika salah satu pihak hanya menyediakan sedikit informasi mengenai dirinya maka pihak lainnya akan melakukan hal serupa. Semakin banyak orang berbicara satu

sama lainnya semakin besar kepercayaan mereka untuk membuka informasi dirinya kepada orang lain.

6. Kesamaan akan mengurangi ketidakpastian sedangkan perbedaan akan meningkatkan ketidakpastian. Pernyataan ini menunjukkan hubungan negatif. Dua orang yang belum saling kenal tetapi sama-sama menjadi anggota suatu organisasi menunjukkan adanya kesamaan, namun keduanya mungkin memiliki perbedaan. Perbedaan tersebut memberikan kontribusi terhadap tingkat ketidakpastian.
7. Ketidakpastian yang meningkat akan mengurangi perasaan tertarik dalam berinteraksi sebaliknya penurunan ketidakpastian menghasilkan peningkatan ketertarikan. Pernyataan menunjukkan hubungan negatif antara ketidakpastian dengan rasa suka atau tidak suka.

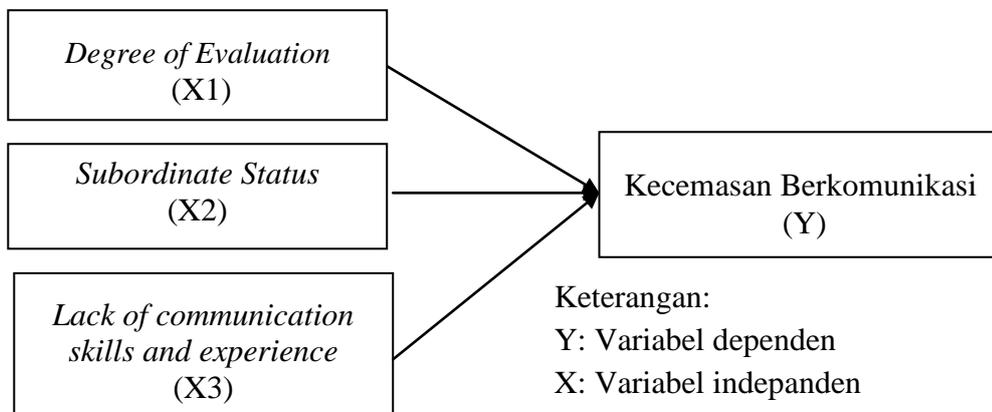
Tabel 1.3  
Aksioma Teori Pengurangan Ketidakpastian

<b>Konsep Utama</b>	<b>Konsep Terkait</b>	<b>Hubungan</b>
Ketidakpastian meningkat	Komunikasi verbal menurun	Negatif
Ketidakpastian meningkat	Pernyataan nonverbal menurun	Negatif
Ketidakpastian meningkat	Pencarian informasi menurun	Negatif
Ketidakpastian meningkat	Keakraban komunikasi menurun	Negatif
Ketidakpastian meningkat	Resiprositas menurun	Positif
Ketidakpastian meningkat	Kesamaan menurun	Negatif
Ketidakpastian meningkat	Kesukaan menurun	Negatif

Sumber: Pengantar Teori Komunikasi, 2008:182

Melalui penjabaran konsep dan teori di atas, dapat dicari keterkaitan antara variabel penelitian sehingga melahirkan kerangka pemikiran teoritis sebagaimana di bawah.

Gambar 1.1.  
Skema Penelitian



## 1.6. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka teori sebelumnya, hipotesis penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. *Degree of Evaluation* berpengaruh positif terhadap tingkat kecemasan berkomunikasi di depan umum
2. *Subordinate Status* berpengaruh positif terhadap tingkat kecemasan berkomunikasi di depan umum.
3. *Lack of communication skills and experience* berpengaruh negatif terhadap tingkat kecemasan berkomunikasi di depan umum.

## 1.7. Definisi Konsep

### 1.7.1. *Degree of Evaluation*

Semakin tinggi individu merasa dirinya sedang dievaluasi, maka kecemasan akan semakin meningkat. Jika dalam situasi komunikasi tertentu seseorang merasakan dirinya akan dinilai oleh orang lain, maka hal tersebut juga dapat menimbulkan kecemasan. Penilaian dapat mengangkat atau justru dapat

menjatuhkan harga diri seseorang. Tetapi umumnya kita lebih memperhatikan sebab yang kedua, yaitu penilaian dapat dapat menjatuhkan harga diri seseorang. Pikiran yang sering muncul, misalnya: “Bagaimana kalau kita kelihatan tolol atau bodoh dihadapkan orang banyak? Bagaimana bila tidak ada orang yang mendengarkan pembicaraan kita? Bagaimana bila kita dipermalukan oleh orang lain? Atau alangkah malunya kalau humor kita tidak dapat membuat orang lain tertawa? “Namun, sebenarnya semua pertanyaan yang kita takutkan itu lebih banyak muncul pada persepsi kita sendiri daripada dalam kenyataan.

### ***1.7.2. Subordinate Status***

Saat individu merasa bahwa orang lain memiliki kemampuan komunikasi yang lebih baik atau pengetahuan yang jauh lebih luas darinya, maka kecemasan berkomunikasi akan semakin meningkat

### ***1.7.3. Lack of Communication Skills and Experience***

Kurangnya kemampuan dan pengalaman mahasiswa akan menyebabkan kecemasan berkomunikasi, terutama jika mahasiswa tidak berusaha untuk meningkatkan kemampuannya.

### **1.7.4. Kecemasan Berkomunikasi**

Kecemasan komunikasi adalah ketakutan berupa perasan negatif yang dirasakan individu dalam melakukan komunikasi, biasanya berupa perasaan tegang, gugup atau pun panik ketika melakukan komunikasi. West & Turner (2008:18).

## **1.8. Definisi Operasional**

### ***1.8.1. Degree of Evaluation***

Indikator pengukuran derajat evaluasi yaitu:

1. Bobot penilaian yang dirasakan individu
2. Tingkat kepercayaan diri dari individu
3. Tingkat penguasaan materi oleh individu
4. Tingkat ketenangan yang dimiliki oleh individu

#### ***1.8.2. Subordinate Status***

Sebagai variabel bebas, tingkat *subordinate status* (X2) dapat diukur dengan indikator:

1. Tingkat pengalaman individu dalam berkomunikasi
2. Tingkat konsentrasi individu

#### ***1.8.3. Lack of Communication Skills and Experience***

Dapat diukur dengan indikator:

1. Intensitas berbicara di depan umum
2. Pengalaman berbicara di depan umum
3. Tingkat potensi individu berbicara di hadapan publik
4. Pengontrolan kontak mata saat individu berbicara di hadapan publik

#### ***1.8.4. Kecemasan Komunikasi di Depan Umum***

Kecemasan komunikasi (Y), diukur dengan menggunakan skala kecemasan berkomunikasi di depan umum yang berdasarkan indikator:

1. Intensitas munculnya rasa tidak mampu
2. Intensitas pengulangan kata atau kalimat
3. Tingkat kesulitan untuk mengingat fakta secara tepat
4. Tingkat kemenarikan dalam mempresentasikan materi di depan umum

## **1.9. Metodologi Penelitian**

### **1.9.1. Tipe Penelitian**

Sesuai dengan tujuan penelitian maka tipe penelitian yang digunakan adalah korelasional, karena bertujuan menjelaskan terkait faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan komunikasi di depan umum.

### **1.9.2. Populasi dan Sampel**

#### **1.9.2.1. Populasi**

Populasi penelitian adalah mahasiswa yang terdaftar dan aktif di Fakultas Dakwah INISNU pada tahun pelajaran 2008/2009 sampai tahun pelajaran 2011/2012 sebanyak 107 orang, meliputi:

Tabel 2  
Jumlah Populasi Mahasiswa Fakultas Dakwah  
INISNU TP. 2008/2009 s.d. 2011/2012

No	Tahun	Jumlah
1.	2008/2009	19
2.	2009/2010	21
3.	2010/2011	23
4.	2011/2012	44
Jumlah		107

#### **1.9.2.2. Sampel**

Sampel yang diambil 107 responden mulai pada tahun pelajaran 2008/2009 sampai tahun pelajaran 2011/2012.

### **1.9.3. Teknik Pengambilan Sampel**

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan *total sampling* yaitu semua mahasiswa Fakultas Dakwah INISNU Jepara yang terdaftar.

#### **1.9.4. Jenis dan Sumber Data**

##### **1.9.4.1. Jenis**

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan data kuantitatif (numerik) yang diperoleh melalui proses coding pada kuesioner yang telah diisi oleh responden yaitu mengubah data berbentuk huruf menjadi data berbentuk angka atau bilangan dengan tujuan mempermudah analisis data dan mempercepat proses *entry* data.

#### **1.9.5. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

##### 1). Kuesioner

Kuesioner diberikan kepada mahasiswa dengan melakukan wawancara menggali informasi tentang faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan berbicara di depan umum. termasuk data yang berkaitan dengan perguruan tinggi yang ditelitinya.

##### 2). Dokumen

Data sekunder yang berasal dari jurnal penelitian, laporan penelitian sebelumnya yang telah dipublikasikan, jurnal, arsip dan referensi yang relevan.

#### **1.9.6. Instrumen Penelitian**

Alat penelitian yang digunakan dalam pengumpulan data adalah berupa kuesioner yang kemudian diwawancarakan yang berisi tentang pertanyaan faktor-faktor apa yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan publik.

Sebagai sasaran penelitian dimana tipe item pertanyaan dalam angket tersebut harus diuji terlebih dahulu tingkat validitas dan reliabilitas.

### **1.9.7. Skala Pengukuran**

Berdasarkan teknik analisis data pada penelitian ini, maka skala pengukuran yang digunakan adalah skala Likert. Purwanto (2007:63) skala likert ini mengukur sikap/opini atau persepsi responden berdasarkan tingkat persetujuan atau ketidaksetujuan. Skala tersebut memiliki bobot 5 (lima) kategori peringkat dari sangat tidak setuju (1), tidak setuju (2), kurang setuju (3), setuju (4), dan sangat tidak setuju (5).

Data yang dihasilkan dari instrumen penelitian ini yang berskala Likert adalah data interval.

### **1.9.8. Teknik Analisis**

Teknik analisis data menggunakan program *SPSS* versi 17 dengan langkah-langkah sebagai berikut:

#### **1. Deskriptif Statistik**

Statistik deskriptif membahas cara-cara pengumpulan data, penyederhanaan angka-angka yang diperoleh (meringkas dan menyajikan) serta melakukan pengukuran pemusatan dan penyebaran data untuk memperoleh yang lebih menarik, dan mudah dipahami.

Sebagai patokan untuk menghitung rata-rata tanggapan responden pada masing-masing faktor digunakan :

- a. 81- 100 % = Sangat setuju
- b. 61 – 80 % = Setuju
- c. 41 – 69 % = Kurang setuju

- d.  $21 - 40 \%$  = Tidak setuju
- e.  $< 21$  = Sangat tidak setuju

## 2. Uji Prasyarat (Kuesioner)

### a) Uji validitas

Uji validitas bertujuan untuk mengetahui apakah alat ukur yang digunakan tepat mengukur apa yang hendak diukur atau tidak. Alat ukur statistik yang digunakan adalah korelasi product moment dari Pearson, dengan kaidah sebagai berikut:

1. Jika nilai  $r_{hit} < r_{tab5\%}$ , butir pertanyaan dinyatakan tidak valid
2. Jika nilai  $r_{hit} \geq r_{tab5\%}$ , butir pertanyaan dinyatakan valid

### b) Uji reliabilitas

Uji reliabilitas bertujuan untuk mengetahui apakah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukuran dapat dipercaya atau diandalkan. Alat ukur statistik yang digunakan adalah Cronbach Alpha, dengan kaidah sebagai berikut:

1. Jika nilai  $\alpha < 0,6$ , butir pertanyaan dinyatakan tidak reliabel
2. Jika nilai  $\alpha \geq 0,6$ , butir pertanyaan dinyatakan reliabel

## 3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis harus konsisten dengan skala variabel, jumlah variabel, teknik pengambilan sampel, bentuk hubungan antar variabel dan jumlah sampel. Mengacu pada *statement* di atas, maka pengujian hipotesis menggunakan rumus regresi berganda, yang selanjutnya diteruskan dengan pengujian signifikansi hipotesis menggunakan uji t dan uji F.

a) Regresi Berganda

Bentuk rumus umum untuk regresi berganda yang digunakan untuk menganalisis pengaruh yang ditimbulkan oleh tingkat pengalaman, tingkat percaya diri, tingkat pengetahuan dan konsep diri terhadap tingkat kecemasan berbicara di depan umum adalah:

$$Y = a - b_1x_1 - b_2x_2 - b_3x_3 + e$$

Di mana:

Y : Kecemasan berkomunikasi

b<sub>1</sub> : Koefisien regresi X<sub>1</sub> terhadap Y

X<sub>1</sub> : *Degree of Evaluation*

b<sub>2</sub> : Koefisien regresi x<sub>2</sub> terhadap Y

X<sub>2</sub> : *Subordinate Status*

b<sub>3</sub> : Koefisien regresi x<sub>3</sub> terhadap Y

X<sub>3</sub> : *Lack of communication skills and experience*

b) Uji t atau t-test

Untuk pengujian hipotesis minor menggunakan rumus t-test, sebagaimana di bawah. (Hadi, 2000:9):

$$t = \frac{r \sqrt{n - 2}}{1 - r^2}$$

Keterangan =

r = koefisien korelasi *product moment*

t = nilai kritis yang dicari

n = Jumlah sampel

Penentuan pengambilan keputusan adalah sebagai berikut :

a) Apabila nilai  $t \geq t\text{-tabel}$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

Hal ini berarti terdapat pengaruh yang signifikan variabel bebas terhadap tingkat kecemasan berbicara di depan umum.

b) Apabila nilai  $t < t\text{-tabel}$ , maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak.

Hal ini berarti tidak terdapat pengaruh yang signifikan variabel bebas terhadap tingkat kecemasan berbicara di depan umum.