

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecemasan, khususnya kecemasan akademis yang dialami mahasiswa merupakan perilaku yang kurang tepat, seperti adanya prokrastinasi yang mengganggu proses belajar. Menurut Ishtifa (2011) dalam (Tobias, 1992). Mahasiswa yang cemas menunjukkan adanya kesulitan khusus dalam menerima dan mengolah informasi sehingga kehilangan proses pengaturannya.

Kecemasan yang sangat kuat bersifat negatif, sebab dapat menimbulkan gejala psikis maupun fisik (Sukmadinata, 2003). Kecemasan dapat mengganggu proses belajar yang mengakibatkan menurunnya prestasi akademik.

Atkinson (1993) mengatakan bahwa sebagian besar dari kita merasa cemas dan tegang jika menghadapi situasi yang mengancam atau *stress*. Perasaan tersebut adalah reaksi normal terhadap *stress*. Kecemasan dianggap abnormal jika hanya terjadi dalam situasi yang sebagian besar orang dapat menanganinya tanpa kesulitan yang berarti. Gangguan kecemasan adalah sekelompok gangguan di mana kecemasan merupakan gangguan dan merupakan gejala utama atau dialami jika seseorang berupaya mengendalikan perilaku maladaptif tertentu.

Kecemasan yang terjadi dapat berkembang karena adanya pikiran negatif dan pengalaman tentang kegagalannya dalam melakukan presentasi

dan imitasi terhadap orang lain yang dialami individu dalam interaksi sosial (Oktavia, 2010).

Indriyanti (2013) mengatakan bahwa pendidikan mempunyai peranan penting dalam kehidupan suatu bangsa, maju tidaknya suatu bangsa dipengaruhi oleh kualitas pendidikan bangsa itu sendiri. Oleh karena itu pemerintah berupaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia dalam dunia pendidikan sebagaimana tercantum dalam Undang-Undang No 20 Tahun 2003 Bab II Pasal 3 tentang Sistem Pendidikan Nasional menegaskan bahwa :

“Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”

Dalam rangka menyukseskan Program Pendidikan Nasional Pemerintah mengadakan program sembilan tahun wajib belajar yaitu SD, SMP, SMA, setelah itu baru dapat melanjutkan ke Perguruan Tinggi (PT). Dalam undang-undang Republik Indonesia No 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi Bab 1 Ketentuan Umum Pasal 1 Ayat 2, pendidikan tinggi adalah jenjang pendidikan menengah yang mencakup program diploma, program sarjana, program magister, program doktor dan program profesi, serta program spesialis, yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi berdasarkan kebudayaan bangsa Indonesia (Undang-Undang Republik Indonesia No 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi).

Perguruan tinggi merupakan tingkat pendidikan tertinggi di Indonesia yang dituntut untuk menghasilkan lulusan-lulusan yang berkompeten, dan juga dapat meningkatkan taraf pendidikan masyarakat sehingga menciptakan masyarakat yang sejahtera, adil, dan makmur. Secara khusus pendidikan sangat berperan dalam pembentukan dan juga peningkatan *skill* yang merupakan bekal untuk terjun ke dunia kerja (dalam Utami & Hudaniyah, 2013).

Di Indonesia banyak perguruan tinggi baik swasta maupun negeri yang menjadi pilihan para mahasiswa maupun calon mahasiswa untuk melanjutkan pendidikannya, salah satunya Universitas Trunojoyo Madura yang merupakan satu-satunya universitas negeri yang ada di pulau Madura. Universitas Trunojoyo Madura memiliki 6 fakultas dan 30 program studi baik dari program Diploma, program Sarjana, dan program Magister (panduan akademik UTM 2014).

Hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 14 April 2014 terhadap semua program studi yang ada di Universitas Trunojoyo Madura ada beberapa metode pembelajaran yang digunakan dalam melangsungkan proses belajar mengajar diantaranya : praktek, ceramah, tugas, makalah, dan presentasi, tidak terkecuali Program Studi Psikologi yang juga menggunakan metode-metode tersebut.

Ke lima metode yang tersebut di atas, yang paling membutuhkan *skill* dalam berkomunikasi secara verbal adalah metode pembelajaran presentasi, karena metode ini mengharuskan mahasiswa untuk benar-benar memahami

materi yang akan disampaikan dan mampu menyampaikan materi secara sistematis dengan suara yang jelas dan intonasi yang tepat. Presentasi juga membutuhkan komunikasi dua arah yakni komunikator dengan *audience* yang berada di dalam kelas. Bertujuan agar *audience* dapat memahami dan tertarik terhadap materi presentasi yang telah disampaikan oleh mahasiswa yang melakukan presentasi, sehingga menjadikan suasana kelas menjadi hidup.

Utami & Hudaniyah (2013) mengatakan bahwa salah satu *skill* yang harus dikuasai oleh mahasiswa adalah kemampuannya dalam berkomunikasi dengan orang lain, sehingga dengan kemampuannya tersebut mahasiswa mampu menyampaikan ide, dan gagasannya kepada masyarakat.

Hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti tanggal 18 april 2014 pada salah satu mahasiswi Prodi Psikologi Universitas Trunojoyo Madura terdapat beberapa mata kuliah yang mewajibkan mahasiswanya untuk melakukan presentasi di depan kelas, dalam bentuk kelompok ataupun individu. Misalnya pada mata kuliah Psikologi Pendidikan, Psikoterapi, dan Diagnosa Kesulitan Belajar merupakan sebagian dari beberapa mata kuliah yang mengharuskan atau mewajibkan mahasiswanya untuk melakukan presentasi secara berkelompok. Pada mata kuliah tersebut mahasiswa diharapkan dapat melakukan presentasi dengan baik, karena metode pembelajaran presentasi sebagai salah satu prasyarat penilaian yang diambil oleh dosen dalam satu mata kuliah agar mendapatkan nilai yang baik. Ada mahasiswa yang dapat melakukan presentasi dengan baik, dan ada juga beberapa mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam melakukan

presentasi. Hal ini terlihat pada saat mahasiswa mulai menjelaskan apa yang akan dipresentasikannya. Bahkan ada beberapa mahasiswa sudah terlihat cemas sebelum presentasi dimulai, tanda-tanda yang nampak adalah seperti gelisah, wajah pucat dan berkeringat, tangan dan kaki gemetar, suara yang tersendat-sendat, kepala tertunduk ketika menjelaskan materi, dan tidak dapat bertatapapan langsung dengan *audience*.

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada tanggal 21 April 2014 terhadap mahasiswa semester II, IV, dan VI, ada beberapa mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam melakukan presentasi baik dalam presentasi individual maupun kelompok, hal ini ditunjukkan dengan perubahan secara fisik pada mahasiswa misalnya wajah pucat, gelisah, tegang, tangan gemetar, keringat dingin, suara kecil, dan gugup. Kecemasan lain yang dialami mahasiswa yaitu tidak dapatnya menjawab pertanyaan yang diajukan oleh mahasiswa lain sehingga terkadang mahasiswa tersebut hanya diam ketika tidak dapat menjawab pertanyaan tersebut, atau mahasiswa yang melakukan presentasi mencoba untuk menjawab pertanyaan yang diajukan oleh mahasiswa lain dengan suara kecil dan tersendat-sendat sehingga menyebabkan mahasiswa yang memberi pertanyaan kurang memahami jawaban yang telah dipaparkannya.

Kecemasan presentasi menurut Freud (dalam Andrianto, 2008) dapat digolongkan ke dalam kecemasan yang sumbernya objektif, hal ini dikarenakan seseorang yang mengalami kecemasan saat akan melakukan presentasi mengalami ketakutan akan kegagalan dalam melakukan

presentasinya, dan juga ketidakpercayaan akan kemampuan yang dimilikinya, sehingga ia merasa tidak mampu dalam setiap melakukan presentasi. Bandura (dalam Ormrod, 2012) mengatakan bahwa *self-efficacy* adalah penilaian seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menjalankan perilaku tertentu atau mencapai tujuan tertentu.

Dari uraian di atas dapat dijelaskan bahwa orang yang memiliki *self-efficacy* yang rendah memandang bahwa dirinya kurang mampu dalam melakukan suatu tugas, dan tidak akan kemampuan akademik yang dimilikinya, sehingga mengakibatkan kecemasan setiap kali akan melakukan presentasi.

Feist & Feist (dalam Anwar, 2009) ketika seseorang mengalami ketakutan yang tinggi, kecemasan yang akut atau tingkat *stress* yang tinggi, maka biasanya mereka mempunyai *self-efficacy* yang rendah. Sementara mereka yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi merasa mampu dan yakin terhadap kesuksesan dalam mengatasi rintangan dan menganggap ancaman sebagai suatu tantangan yang tidak perlu dihindari.

Uraian di atas dapat dijelaskan kembali oleh peneliti bahwa *self-efficacy* berpengaruh terhadap kecemasan mahasiswa dalam melakukan presentasi. Hal ini dikarenakan *self-efficacy* merupakan keyakinan yang ada pada diri individu mengenai kemampuannya dalam melakukan suatu tugas. Seperti yang telah dipaparkan di atas, bahwa semakin rendah *self-efficacy* pada individu maka semakin tinggi kecemasan yang ada pada diri individu

tersebut, dan begitupun sebaliknya semakin tinggi *self-efficacy* pada individu maka semakin rendah kecemasannya.

Adapun wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti dengan salah satu mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Trunojoyo Madura pada tanggal 23 April 2014 secara informal menunjukkan bahwa mereka mengalami kecemasan dalam melakukan presentasi.

Berikut adalah petikan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti :

“Saya merasa malu, takut, grogi dan juga keringetan ketika melakukan presentasi di depan sebab banyak dilihat oleh mahasiswa lain (audience) walaupun itu merupakan teman-teman sekelas yang saya sendiri sudah kenal begitu lama, dan juga dosen.”

“Saya grogi dan takut setiap kali akan melakukan presentasi selain itu perut terasa sakit ingin ke kamar mandi, dan pada saat presentasi dimulai jantung saya mulai berdebar lebih kencang dan keringatan, karena perasaan cemas yang muncul setiap kali akan melakukan presentasi.”

Berdasarkan pemaparan di atas peneliti dapat menjelaskan bahwa kecemasan terjadi karena tidak adanya keyakinan akan kemampuan yang dimiliki oleh subyek, sehingga setiap kali melakukan presentasi subyek mengalami kecemasan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yudi Ganing Dwi Utami dan Hudaniyah (2013) yang berjudul *self-efficacy* dengan kesiapan kerja siswa menengah kejuruan yang bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-efficacy* dengan kesiapan kerja pada siswa SMK disimpulkan bahwa terdapat hubungan *self-efficacy* dengan kesiapan kerja pada siswa SMK dengan nilai $r=0,676$ dan $p=0,000; p<0,05$, hasil dari 142 subyek penelitian menunjukkan dari 142 subyek penelitian ada 66 orang (46,48%) yang memiliki *self-efficacy*

tinggi dan 76 orang (53,52%) yang memiliki *self-efficacy* rendah. Sedangkan dari 142 subyek penelitian, ada 65 orang (45,78%) yang memiliki kesiapan kerja tinggi dan 77 orang (54,22%) yang memiliki kesiapan kerja rendah.

Berdasarkan permasalahan yang telah di uraikan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh *Self-Efficacy* terhadap Kecemasan dalam Melakukan Presentasi pada Mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Trunojoyo Madura”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas masalah yang akan diteliti dapat dirumuskan dalam bentuk pertanyaan sebagai berikut : Apakah ada pengaruh antara *self-efficacy* terhadap kecemasan dalam melakukan presentasi pada Mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Trunojoyo Madura?

1.3 Signifikansi Penelitian

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yudi Ganing Dwi Utami dan Hudaniyah, (2013) berjudul *Self-Efficacy* dengan Kesiapan Kerja siswa menengah kejuruan yang bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-efficacy* dengan kesiapan kerja pada siswa SMK disimpulkan bahwa terdapat hubungan *self-efficacy* dengan kesiapan kerja pada siswa SMK dengan nilai $r=0,676$ dan $p=0,000; p<0,05$, hasil dari 142 subyek penelitian menunjukkan dari 142 subyek penelitian ada 66 orang (46,48%) yang memiliki *self-efficacy* tinggi dan 76 orang (53,52%) yang memiliki *self-efficacy* rendah. Sedangkan dari 142 subyek penelitian, ada 65 orang (45,78%) yang memiliki kesiapan kerja tinggi dan 77 orang (54,22%) yang memiliki kesiapan kerja rendah.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Astrid Indi Dwisty Anwar, pada Desember 2009 berjudul Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara (USU) yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Fakultas Psikologi USU dengan menggunakan analisa penelitian korelasi *Pearson Product Moment*. Berdasarkan hasil analisa ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum dengan nilai $r = -0,670$, $p (0,01)$. Artinya semakin tinggi *self-efficacy* mahasiswa maka akan semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum, dan sebaliknya semakin rendah *self-efficacy* mahasiswa maka tingkat kecemasan berbicara di depan umum akan semakin tinggi.

Penelitian yang dilakukan oleh Hanny Ishtifa, (2011) berjudul Pengaruh *Self-Efficacy* dan Kecemasan Akademis terhadap *Self-Regulated Learning* pada Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Negeri Jakarta yang bertujuan untuk menguji bagaimana pengaruh *self-efficacy* dan kecemasan akademik terhadap *self-regulated learning* pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Negeri Jakarta, pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *probability sampling*, dengan menggunakan teknik *stratified random sampling* di mana pemilihan sampel dari populasi berdasarkan pada strata tiap-tiap angkatan. Berdasarkan dari 8 koefisien regresi yang dihasilkan ternyata hanya ada IV yang secara statistik berpengaruh signifikan terhadap *self-regulated learning*, yaitu *self-efficacy* (nilai $p > 0,05$) dan kognitif (nilai $p > 0,05$), hal

ini berarti bahwa dari 7 hipotesis alternatif minor hanya 2 hipotesis yang diterima, yaitu H_{a1} (ada pengaruh yang signifikan antara *self-efficacy* terhadap *self-regulated learning* pada mahasiswa UIN Psikologi Jakarta) dan H_{a3} (ada pengaruh yang signifikan antara kognitif terhadap *self-regulated learning* pada mahasiswa UIN Psikologi Jakarta).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel *self-efficacy* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *self-regulated learning* dengan nilai koefisien regresi sebesar 0,478, artinya variabel *self-efficacy* secara positif signifikan mempengaruhi *self-regulated learning*, jadi, semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin tinggi *self-regulated learning*.

Yang membedakan dari penelitian ini yaitu responden yang dipakai hanya mencakup mahasiswa prodi psikologi bukan seluruh mahasiswa fakultas ilmu sosial dan ilmu budaya, dan juga variabel terikat yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kecemasan dalam melakukan presentasi.

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara *self-efficacy* dengan kecemasan dalam melakukan presentasi pada Mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Trunojoyo Madura.

1.5 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah :

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menyumbangkan :

- a. Khasanah keilmuan psikologi pendidikan, dan psikologi belajar.

- b. Untuk memperkaya hasil penelitian kaitannya dengan tema kecemasan dalam melakukan presentasi.
- c. Data dapat memberikan gambaran mengenai *self-efficacy* mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Trunojoyo Madura.

2. Secara Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan mampu meningkatkan *self-efficacy*nya menjadi lebih baik karena hal tersebut merupakan salah faktor yang dapat memperkecil kecemasan yang ada pada diri mahasiswa.

b. Bagi Dosen

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan juga pemahaman bagi dosen pengajar mengenai kondisi sebagian mahasiswanya agar dapat memberikan arahan mengenai pentingnya *self-efficacy* pada masing-masing mahasiswa.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya terkait dengan hubungan *Self-efficacy* dengan kecemasan dalam melakukan presentasi.

d. Bagi Institusi

Pihak institusi dapat mengetahui tingkat *self-efficacy* dan tingkat kecemasan dalam melakukan presentasi pada Mahasiswa

Prodi Psikologi Universitas Trunojoyo Madura. Hal ini berguna dalam memberikan pembinaan mahasiswa dalam mengembangkan *self-efficacy* dan mengurangi kecemasan dalam melakukan presentasi.