

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada siswa. Hal tersebut dikarenakan kurikulum 2013 yang saat ini diterapkan memiliki prinsip "*student center*" yaitu menuntut siswa untuk selalu aktif baik mencari materi pembelajaran secara mandiri, bertanya pada guru, maupun melakukan presentasi di depan kelas. Perubahan kurikulum tingkat satuan pendidikan ke kurikulum 2013 tentu membuat siswa mengalami kesulitan karena tidak dibiasakan untuk aktif pada kurikulum sebelumnya.

Hampir seluruh mata pelajaran yang terdapat di kurikulum 2013 mengharuskan siswa melakukan presentasi di depan kelas, bahkan berdasarkan pengamatan peneliti di SMK Negeri 46 Jakarta Timur, pada mata pelajaran matematika siswa juga melakukan presentasi. Hal ini membutuhkan bahwa siswa harus memiliki kecakapan dalam hal berkomunikasi. Komunikasi seyogyanya bukan hal yang baru bagi individu karena manusia tidak akan pernah lepas dari interaksi sosial, membutuhkan orang lain, dan menjalin hubungan dengan sesama melalui komunikasi. Komunikasi sangat membantu manusia dalam menyampaikan informasi, pengetahuan, perasaan, ide, dan sikap kepada sesamanya secara timbal balik sebagai penerima maupun pemberi informasi.

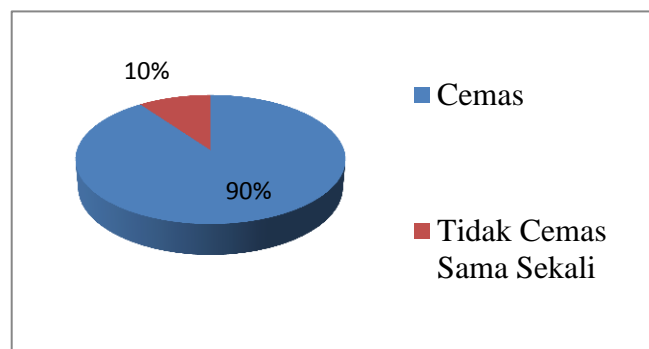
Kemampuan berbicara, mendengar, memahami suatu informasi merupakan elemen penting dari proses komunikasi. Selain itu berbicara merupakan aktivitas dasar manusia. Berbicara mempunyai definisi yaitu mengucapkan kata-kata atau kalimat kepada seseorang atau sekelompok orang, baik kecil maupun besar untuk mencapai tujuan tertentu. Berbicara adalah salah satu aspek kemampuan yang harus dimiliki setiap individu untuk berkomunikasi dengan individu lain.

Setiap individu yang tidak mengalami gangguan dalam berbicara pasti memiliki kemampuan berbicara, namun tidak semua orang dapat berbicara dengan baik dalam situasi dan keadaan tertentu. Keadaan tersebut seperti presentasi, pidato, maupun pembicaraan-pembicaraan yang bersifat resmi.

Sekolah memiliki peranan tinggi dalam melatih kemampuan berbicara siswa. Kemampuan komunikasi merupakan salah satu modal utama yang dimiliki oleh seorang siswa. Sebagai kelompok yang melaksanakan kurikulum 2013, siswa dituntut untuk mampu menuangkan ide dan pikirannya secara lisan, termasuk saat mereka tampil di depan umum. Siswa di sekolah diharapkan memiliki kemampuan dan keberanian dalam berbicara baik untuk berinteraksi dengan guru, siswa lainnya maupun di depan umum disamping keahliannya mengungkapkan pikiran secara tertulis. Siswa akan selalu dituntut aktif berpartisipasi di dalam kelas maupun diluar kelas. Dari masa orientasi awal, siswa sudah dilatih dengan berbagai cara seperti pengenalan diri untuk berbicara di depan umum.

Selanjutnya, ketika siswa memasuki proses belajar mengajar seringkali ditugaskan dengan hal-hal yang berkaitan dengan berbicara di depan umum seperti presentasi, ceramah maupun diskusi kelompok. Bagi siswa hal ini tidak mudah, terlebih pada siswa kelas X (sepuluh) karena mereka masih harus beradaptasi dengan lingkungan barunya.

Dalam hal ini peneliti telah melakukan *pra-survey* dengan melakukan wawancara tidak terstruktur mengenai kecemasan berbicara di depan umum kepada 20 siswa. Wawancara tersebut peneliti lakukan kepada siswa kelas X program keahlian Otomatisasi dan Tata Kelola Perkantoran. Hasil dari wawancara tersebut telah peneliti nyatakan dalam bentuk gambar 1.1



Gambar 1.1
Hasil Survei Awal Reaksi Siswa ketika Berbicara di Depan Umum
Sumber: Data Diolah Peneliti

Berdasarkan hasil survei awal dengan 20 orang siswa kelas X program keahlian Otomatisasi dan Tata Kelola Perkantoran di SMK Negeri 46 Jakarta Timur, sebanyak 18 siswa atau sebesar 90% menyatakan bahwa mereka merasakan kecemasan ketika berbicara di depan umum dan sebanyak 2 siswa atau sebesar 10% menyatakan tidak merasa cemas sama sekali ketika berbicara di depan umum.

Dalam kasus seperti diatas rasa cemas ketika berbicara di depan umum merupakan salah satu dari hambatan komunikasi (*communication apprehension*). Kecemasan berbicara sebagai hambatan komunikasi adalah suatu kondisi di mana seseorang merasa cemas untuk berkomunikasi dalam berbagai situasi, baik formal maupun informal, individual maupun kelompok.

Perasaan cemas dalam berkomunikasi dalam realitasnya merupakan suatu bentuk perilaku yang normal dan bukan menjadi persoalan serius bagi setiap orang sepanjang individu tersebut mampu mereduksi kecemasan yang dialami, bahkan seseorang yang telah berpengalaman berbicara di depan umum pun tidak terlepas dari perasaan ini. Meskipun kecemasan adalah reaksi normal ketika seseorang mengalami tekanan dan tidak berlangsung lama namun jika kecemasan tersebut sudah bersifat patologis, maka individu akan menghadapi permasalahan yang lebih serius seperti menghindari komunikasi dengan orang lain atau di depan umum. Kecemasan yang datang secara tiba-tiba akan membuat individu merasa tidak nyaman, menimbulkan kegelisahan, kegundahan dan kegusaran sehingga membuat individu ingin lari dari keadaan yang sedang dihadapi.

Ketika seseorang merasa cemas berbicara, akan mengalami gejala-gejala fisik maupun psikologis yang biasanya ditandai dengan gejala fisik seperti tangan berkeringat, jantung berdetak lebih cepat, dan kaki gemetar. Disamping itu kecemasan berbicara di depan umum ditandai dengan gejala-gejala psikologis, mengulang-ulang kata, rasa takut melakukan kesalahan, tingkah laku yang tidak tenang, dan sulit untuk mengingat hal yang penting. Namun

tidak semua siswa memiliki kecemasan dalam berbicara di depan umum yang sama. Ada yang memiliki kecemasan yang tinggi dalam berbicara di depan umum namun terdapat pula siswa yang memiliki kecemasan yang masih bisa diatasi ketika berbicara di depan umum. Oleh sebab itu penting untuk diketahui faktor-faktor yang menyebabkan tinggi dan rendahnya kecemasan berbicara di depan umum.

Adapun faktor-faktor tersebut adalah pola pikir, kurangnya pengalaman yang dimiliki siswa, penyesuaian diri, kurangnya keterampilan siswa ketika berkomunikasi dan efikasi diri terhadap kemampuan diri sendiri untuk berbicara di depan umum.

Perasaan cemas bukan hanya disebabkan oleh kurangnya kemampuan siswa, tetapi lebih sering disebabkan oleh pola pikir yang keliru dan tidak rasional. Siswa dengan pola pikir negatif, akan selalu memikirkan sesuatu yang buruk terjadi padanya. Pemikiran ini yang akan membuat individu merasa tidak nyaman dan tertekan. Kemudian mereka akan menghindari hal-hal yang membuat mereka merasa tertekan. Berbeda dengan siswa yang berpikiran positif, memandang segala sesuatu dari sisi positifnya. Meskipun mengalami ketegangan tetapi dapat menjadikannya motivasi untuk melakukan lebih baik lagi. Siswa akan menganggapi dan mengatasi persoalannya secara optimis. Pikiran negatif akan berdampak negatif, sebaliknya pikiran positif akan berdampak positif. Oleh karena itu untuk mengatasi kecemasan berbicara di depan umum perlu untuk mengubah pola pikir yang negatif tersebut menjadi pola pikir positif.

Kemudian kurangnya pengalaman berbicara di depan umum menjadi faktor yang dapat membuat kecemasan bagi siswa. Seperti yang diketahui bahwa siswa yang sebelumnya memakai Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan 2006 jarang melakukan presentasi, pidato, ceramah, atau hal lain yang berkaitan dengan berbicara di khalayak ramai akan merasa kesulitan jika berada dalam situasi yang mengharuskan berbicara di depan umum. Individu tidak dibiasakan terus menerus untuk melakukan komunikasi di depan umum sejak berada di sekolah, baik sekolah dasar atau sekolah menengah pertama. Sehingga seorang anak yang tidak memiliki pengalaman mumpuni merasa cemas ketika harus dituntut melakukan hal yang jarang mereka lakukan sebelumnya. Hal ini akan menyebabkan rasa cemas berlebih untuk berbicara di depan umum.

Faktor lain yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum adalah siswa sulit untuk melakukan penyesuaian diri. Penyesuaian diri dengan lingkungan merupakan hal yang penting dalam mendukung siswa untuk berinteraksi dengan teman maupun guru di lingkungan sekolah. Tetapi bagi siswa baru untuk menjalin interaksi tersebut terkadang sulit karena mereka harus menyesuaikan diri dengan lingkungan belajar yang baru. Siswa merasa cemas ketika harus berbicara dengan teman-teman dan guru yang baru pertama kali ditemui, akan timbul rasa khawatir akan kesan pertama yang timbul dari orang lain terhadap dirinya. Penyesuaian diri inilah yang membuat siswa baru terkadang sulit untuk melakukan interaksi sosial dengan teman

sekelas/luar kelasnya sehingga bagi sebagian siswa lebih sering mengalami kecemasan ketika berbicara di depan umum.

Siswa sering mengalami kecemasan dan kekhawatiran sebelum melaksanakan presentasi, sehingga keluar keringat dingin saat berbicara, suara bergetar dan kurang lancar berbicara. Keterampilan komunikasi merupakan salah satu kemampuan berbahasa dan berkomunikasi yang perlu dimiliki oleh siswa yang senantiasa bersentuhan dengan kegiatan yang menuntut mereka untuk terampil berbicara. Keterampilan komunikasi selalu ada dalam tema pembelajaran hal tersebut menunjukkan bahwa begitu pentingnya keterampilan komunikasi, karena keterampilan komunikasi sendiri memiliki pengaruh terhadap bagaimana seseorang dapat berbicara secara efektif dan baik dengan orang lain. Keterampilan siswa dalam menggunakan bahasa, gerak tubuh, dan pengelolaan vokal dalam berbicara merupakan aspek dalam keterampilan komunikasi. Rendahnya kemampuan siswa dalam menguasai aspek tersebut maka cenderung akan menimbulkan kecemasan berbicara di depan umum.

Faktor berikutnya yang mempengaruhi siswa mengalami kecemasan berbicara di depan umum adalah efikasi diri (*self efficacy*). Keyakinan diri atau efikasi diri adalah keyakinan yang dimiliki individu tentang kemampuan diri untuk melakukan suatu tugas atau situasi tertentu dengan berhasil yang diperoleh dari kerja keras sehingga mempengaruhi cara mereka berperilaku. Keyakinan ini adalah kepercayaan pada kemampuan meliputi, kepercayaan diri, kemampuan menyesuaikan diri, kapasitas kognitif, kecerdasan dan

kapasitas bertindak pada situasi yang penuh tekanan. Seringkali siswa tidak yakin kalau dirinya akan berhasil dalam melaksanakan berbicara di depan umum. Adanya ketidakyakinan membuat siswa mengalami ketakutan bahwa apa yang dilakukan tidak akan berhasil dan lebih memilih untuk tidak melakukan komunikasi di depan umum.

Dari beberapa faktor di atas yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum seperti kurangnya keterampilan siswa ketika berkomunikasi, pola pikir, kurangnya pengalaman, penyesuaian diri, dan efikasi diri. Maka timbul ketertarikan peneliti untuk meneliti efikasi diri dan keterampilan komunikasi serta hubungannya dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa kelas X (sepuluh) otomatisasi dan tata kelola perkantoran di SMK Negeri 46 Jakarta Timur.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, maka secara spesifik masalah penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum?
2. Apakah terdapat hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum?
3. Apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dan keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang telah dirumuskan, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan pengetahuan yang tepat dan dapat dipercaya mengenai:

1. Hubungan efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada siswa kelas X program keahlian otomatisasi dan tata kelola perkantoran di SMK Negeri 46 Jakarta Timur
2. Hubungan keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa kelas X program keahlian otomatisasi dan tata kelola perkantoran di SMK Negeri 46 Jakarta Timur
3. Hubungan efikasi diri dan keterampilan komunikasi kecemasan berbicara di depan umum pada siswa kelas X program keahlian otomatisasi dan tata kelola perkantoran di SMK Negeri 46 Jakarta Timur

D. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat bagi berbagai pihak antara lain :

1. Peneliti

Sebagai calon guru, penelitian ini diharapkan sebagai sarana menambah pengetahuan mengenai permasalahan siswa berkaitan dengan kecemasan berbicara di depan umum dan kaitannya dengan efikasi diri dan

keterampilan komunikasi, serta menjadi bekal untuk peneliti ketika akan menghadapi dunia pendidikan secara nyata.

2. Bagi Pihak Universitas

Sebagai informasi tentang hubungan antara efikasi diri dan keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa sehingga dapat diterapkan bagi yang berkepentingan. Serta diharapkan sebagai tambahan referensi pada ruang baca dan perpustakaan siswa pendidikan ekonomi pada khususnya dan siswa Universitas Negeri Jakarta pada umumnya.

3. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan sebagai salah satu cara untuk mengetahui penyebab siswa sulit melakukan presentasi dikelas dan memberi solusi bagi pihak sekolah untuk meningkatkan keterampilan berbicara di depan umum pada siswa.