

Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan dalam Menyampaikan Pidato pada Mahasiswa Peserta Kuliah *Public Speaking* Departemen Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro

Yuliani Khoirun Nisaa ^{*)} and Agus Naryoso

Jurusan Ilmu Komunikasi, Universitas Diponegoro Semarang
Jl. Prof. Sudarto, S.H Kampus UNDIP Tembalang, Semarang 50275, Indonesia

^{*)}Email : ichafirdaus4@gmail.com

Abstrak

Kecemasan merupakan hal yang sering sekali terjadi diberbagai tempat. Kecemasan juga dapat terjadi pada siapapun. Salah satu contoh kecemasan yang sering kita temui adalah kecemasan berbicara didepan umum khususnya pada saat menyampaikan pidato. Mahasiswa Departemen Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro dituntut untuk dapat menyampaikan materi dengan baik pada saat berpidato, hal ini dibuktikan dengan adanya mata kuliah *Public Speaking* yang wajib untuk diambil oleh mahasiswa Departemen Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro, tetapi masih belum seluruhnya mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro dapat menyampaikan pidato dengan baik. Hal ini dibuktikan dengan masih adanya 36% mahasiswa yang mendapatkan nilai tidak maksimal di kelas *public speaking*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor penyebab kecemasan pada saat menyampaikan pidato, dengan populasi sebanyak 98 mahasiswa Departemen Ilmu Komunikasi jurusan Ilmu Komunikasi angkatan 2015 dengan menggunakan teknik total sampling dan dengan alat dan teknik pengumpulan data berupa kuesioner.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, menggunakan uji analisis faktor, menunjukan bahwa : pertama, dari 22 faktor penyebab kecemasan yang ada, sudah direduksi menjadi 5 faktor dengan total nilai varians sebanyak 69,266%, dimana diartikan bahwa 5 faktor tersebut dapat menjelaskan ke 22 faktor lainnya sebanyak 69,266%. Kedua, kelima faktor tersebut yakni : Faktor 1 terdiri dari variabel : waktu siang, waktu pagi, waktu sore, dan presentasi indoor. Faktor 2 terdiri dari variabel : pikiran buruk, yakin dengan diri, gangguan alat, pengalaman buruk masa lalu, kurang percaya diri, kurang pengalaman, dan presentasi outdoor. Faktor 3 terdiri dari variabel : kurang berdiskusi dengan ahli, takut dievaluasi, kesadaran menjadi pusat perhatian, dan jumlah audiens. Faktor 4 terdiri dari variabel : kurang persiapan, kurang penguasaan topik, perbedaan umur, dan kesehatan buruk. Faktor 5 terdiri dari variabel : perbedaan agama, perbedaan suku, dan kurangnya kedekatan dengan audiens. Kesimpulan dari penelitian ini, dari 22 faktor yang ada, dapat dijelaskan bahwa faktor terbesar yang menjadi penyebab responden mengalami kecemasan

adalah faktor kurangnya kepercayaan diri, dan faktor terkecil yang menjadi penyebab responden mengalami kecemasan adalah faktor presentasi di siang hari. Saran dari peneliti adalah pihak pengajar melakukan pelatihan dan memberikan kiat-kiat untuk menaiki tingkat kepercayaan diri mahasiswa.

Kata Kunci : faktor kecemasan, kecemasan berbicara, *public speaking*

Abstract

Anxiety is a common occurrence in many places. Anxiety can also happen to everyone. An example of anxiety that we often found is the anxiety of speaking in a public, especially when delivering a speech. Students of the Department of Communication Diponegoro University are required to be able to deliver the material well at the time of speech, this is evidenced by the Public Speaking subjects are required to be taken by students of the Department of Communication Diponegoro University, but still not entire students can deliver a speech well. This is evidenced by there are still 36% of students who didn't get a maximum score in public speaking class. This study aims to determine the factors causing anxiety at the time of delivering speech, with a population 98 students of the Department of Communication Science majoring in Communication class of 2015 using total sampling technique and with tools and techniques of collecting data in the form of questionnaires.

Based on the hypothesis results using factor analysis test, showed that: firstly, from 22 factors causing anxiety that exist, has been reduced to 5 factors with 69.266% total value of variance, which means that 5 factors can explain to 22 other factors as much as 69.266%. Secondly, the five factors are: Factor 1 consists of variables: day time, morning time, afternoon time, and indoor presentation. Factor 2 consists of variables: bad thoughts, self-confidence, impaired tools, bad experiences from the past, lack of confidence, lack of experience, and outdoor presentations. Factor 3 consists of variables: less discussion with experts, fear of being evaluated, consciousness being the center of attention, and the number of audience. Factor 4 consists of variables: lack of preparation, lack of mastering the topics, age differences, and ill health. Factor 5 consists of variables: religious differences, tribal differences, and lack of closeness with audience. The conclusion of this research, from 22 existing factors, it can be explained that the biggest factor that causes the respondent to experience anxiety is the factor of lack of confidence, and the smallest factor that causes the respondent experiencing anxiety is the presentation factor during the day. Advice from the researcher is the instructor to do the training and give the tips to increase student's confidence level

Keywords: anxiety factor, speaking anxiety, public speaking

1. Pendahuluan

Seseorang tidak terlahir dengan bakat *Public Speaking*, mereka terus menerus belajar sehingga mereka bisa menjadi seseorang yang pandai berbicara didepan umum (*Public Speaking*). *Public Speaking* secara sederhana adalah cara berbicara didepan khalayak umum yang sangat menuntut kelancaran berbicara, kontrol emosi, pemilihan kata, dan nada bicara (Dewi, 2013:1). Latihan *Public Speaking* atau berbicara didepan umum adalah penting bagi seseorang, hal ini diakui oleh Verderber (dalam Verderber, 2011:2) bahwa professional diharapkan terus latihan untuk meningkatkan keterampilan berkomunikasi mereka. Merujuk pada pernyataan Verderber, seseorang dapat menjadi public speaker yang baik karena sering berlatih. Semakin sering seseorang melakukan latihan berbicara didepan umum, maka, akan semakin lancar mereka dalam memberikan informasi kepada khalayak didepan umum. Berdasarkan teori praktis, pengalaman mengajarkan bahwa *Public Speaking* bisa diawali dengan latihan-latihan, tekun membaca script, melatih vocal, berkaca sambil berbicara di depan cermin, menyasikan penampilan menjadi dasar yang kuat (Dewi, 2013:5). Salah satu contoh *Public Speaking* adalah pidato. Pidato merupakan bagian dari *Public Speaking*, sebab, arti pidato sendiri adalah upaya menyampaikan gagasan dan pikiran untuk disampaikan kepada khalayak (Dewi, 2013:149). Pidato yang baik adalah pidato yang dapat memberikan sesuatu

kesan positif serta diharapkan informasi yang ada didalam pidato tersebut dapat disampaikan dengan baik sehingga dapat diterima oleh orang-orang yang mendengarkannya. namun pada kenyataannya, tidak semua informasi yang ada didalam pidato dapat disampaikan dengan baik kepada khalayak. Hal ini dikarenakan beberapa faktor dari *public speaker*, salah satunya adalah faktor kecemasan.

Kecemasan didefinisikan sebagai keadaan tidak nyaman dan ketakutan, dimana rasa takut disebabkan olehantisipasi adanya sesuatu yang mengancam (Raja,2017 : 96). Dalam penelitian Burgoon (dalam Muslimin,2016:43), ditemukan bahwa sebesar 10-20% populasi di Amerika serikat mengalami kecemasan berkomunikasi yang sangat tinggi, dan sekitar 20% mengalami kecemasan komunikasi cukup tinggi.

Pada mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro angkatan 2015 yang mengambil *Public Speaking* diketahui belum sepenuhnya menguasai panggung pada saat melakukan pidato didepan umum. Hal ini diketahui dengan nilai yang belum maksimal. Dari 98 mahasiswa, hanya terdapat 64 % yang mendapatkan nilai maksimal (Nilai A), sedangkan 36% mahasiswa mendapatkan nilai belum maksimal (kurang dari A). Nilai-nilai yang diberikan ini merupakan nilai yang didapatkan pada saat mata kuliah *Public Speaking* terutama pada saat Ujian Akhir Semester (UAS) dengan melakukan pidato di depan umum

dengan berbagai tema yang sudah ditentukan. Nilai tersebut didapatkan peneliti dari bagian akademik FISIP Universitas Diponegoro.

II. Perumusan Masalah

Faktor-faktor apa saja yang menyebabkan kecemasan dalam menyampaikan pidato pada mahasiswa peserta kuliah *Public Speaking* departemen Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro.

III. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang menyebabkan kecemasan dalam menyampaikan pidato pada mahasiswa peserta kuliah *Public Speaking* departemen Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro.

IV. Kerangka Pemikiran Teoritis

Retorika merupakan teori yang diungkapkan oleh Aristoteles. Teori ini berpusat pada pemikiran mengenai retorika yang disebut Aristoteles sebagai alat persuasi. Maksud dari Aristoteles ini adalah seorang pembicara yang tertarik untuk menarik khalayak nya harus mempertimbangkan bukti logika (logos), emosi (pathos) dan etika / kredibilitas (ethos). (West, 2008 : 5).

Public speaking menurut Amy Slagel dalam buku *21st Century Communication* oleh William F Eadie , menjelaskan bahwa “ *Public Speaking is a form of communication that seeks an outcome : public speakers seek not*

simply to express themselves but to have an effect on their listener” (2009 :194) . Dalam kata tersebut Amy Slagel menjelaskan bahwa *Public Speaking* bukan hanya sekedar pengekspresian diri dengan kata-kata, namun juga harus bisa memberikan pengaruh pada pendengarnya. Teori ini menjelaskan bahwa *Public Speaking* dikatakan berhasil apabila isi pesan yang disampaikan dapat berpengaruh pada khalayak. Dalam Teori ini dijelaskan bahwa *Public Speaking* merupakan hal yang sulit, sebab *Public Speaking* bukan hanya berbicara didepan banyak orang saja, melainkan bagaimana membuat audiens mengerti akan isi pesan yang disampaikan.

Menurut Joseph A Devito dalam buku *Komunikasi Antarmanusia* menuliskan bahwa salah satu masalah yang paling penting dalam pidato atau berbicara didepan umum adalah kekhawatiran pembicara atau yang sering disebut demam panggung. Devito mengatakan bahwa ada 5 faktor yang menyebabkan kecemasan seseorang saat berbicara didepan umum, yakni : hal baru, status rendah, kesadaran, perbedaan, dan pengalaman masa lalu (Devito,2011:414).

Self efficacy atau keyakinan diri adalah teori yang diciptakan oleh Albert Bandura. Teori ini menyatakan bahwa motivasi dan aksi yang dilakukan oleh seseorang adalah berdasarkan apa yang mereka yakini (Bandura, 1995:2). Dalam teori ini, keyakinan yang dirasakan oleh seseorang akan berpengaruh terhadap dirinya sendiri. Keyakinan yang ada pada diri

seseorang tersebut tidak hanya mengubah pada keadaan di masa sekarang melainkan juga bisa mengubah diri seseorang tersebut pada masa yang akan datang.

“the vastly enhanced human power to transform the environment can have pervasive effects not only on current life but on how future generation live out their lives”
(Bandura,1995:1)

“perceived self efficacy refers to beliefs in one's capabilities to organize and execute the courses of action required to manage prospective situations”
(Bandura,1995:2)

Menurut Osborne (dalam Dewi & Ardianto, 2006) perasaan cemas muncul karena takut terhadap pendengar, yaitu takut ditertawakan orang, takut bahwa dirinya akan menjadi tontonan orang, takut bahwa apa yang akan dikemukakan mungkin tidak pantas untuk dikemukakan, dan rasa takut bahwa mungkin dirinya akan membosankan

Menurut Rini (dalam Dewi & Ardianto, 2006) seseorang yang merasa kurang percaya diri akan berpikir mengenai hal-hal negatif mengenai dirinya.

Menurut McKerrow, GronBeck, Eninger dan Monroe dalam buku yang berjudul *“Principles and Types Of Public Speaking (Fifth Edition)”* dalam buku ini dijelaskan bahwa *“skill and competencies are needed for*

successful speechmaking” atau “keterampilan dan kemampuan dibutuhkan untuk keberhasilan saat berpidato” (2003 : 16). menurut McKerrow, GronBeck, Eninger dan Monroe ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi ketakutan pada saat berpidato, yakni : Menyadari bahwa ketegangan dan rasa gugup adalah normal, membuat rasa ketegangan menjadi rasa nyaman, berbicara mengenai topik yang kamu suka, berbicara mengenai topik yang familiar, menganalisis situasi dan audiens, dan seringnya berbicara di depan umum.

V. Metode Penelitian

Penelitian faktor-faktor penyebab kecemasan dalam menyampaikan pidato pada mahasiswa peserta kuliah *Public Speaking* Departemen Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksplanatori survey. Metode eksplanatori survey merupakan metode dalam desain penelitian kuantitatif yang menjelaskan sebab akibat yang terjadi (*causality research*). (Kadji. 2016 : 38)

VI. Analisis dan Pembahasan

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan analisis faktor dengan menggunakan perhitungan SPSS. Secara prinsip, analisis faktor mencoba menemukan hubungan (inter-relationship) antara sejumlah variabel-variabel yang awalnya saling independen satu dengan yang lain sehingga bisa dibuat satu atau beberapa kumpulan variabel yang

lebih sedikit dari jumlah variabel awal (Santoso, 2017 : 58).

Secara keseluruhan terdapat 22 faktor penyebab kecemasan pada saat menyampaikan pidato pada mahasiswa departemen ilmu komunikasi Universitas Diponegoro. Dari 22 faktor tersebut telah di ekstrak (dipisahkan atau dikelompokan) menjadi 5 faktor yakni :

Faktor 1 terdiri dari variabel : waktu siang, waktu pagi, waktu sore, dan presentasi indoor.

Faktor 2 terdiri dari variabel : pikiran buruk, yakin dengan diri, gangguan alat, pengalaman buruk masa lalu, kurang percaya diri, kurang pengalaman, dan presentasi outdoor.

Faktor 3 terdiri dari variabel : kurang berdiskusi dengan ahli, takut dievaluasi, kesadaran menjadi pusat perhatian, dan jumlah audiens.

Faktor 4 terdiri dari variabel : kurang persiapan, kurang penguasaan topik, perbedaan umur, dan kesehatan buruk

Faktor 5 terdiri dari variabel : perbedaan agama, perbedaan suku, dan kurangnya kedekatan dengan ahli.

DAFTAR PUSTAKA

Buku :

Adang dan Anwar Yesmil. 2008. *Pengantar Sosiologi Hukum*. Jakarta : PT Grasindo

Adha, Kholifatul. 2016. *Panduan Mudah Public Speaking*.

Yogyakarta : Anak Hebat Indonesia.

Bandura, Albert. 1995. *Self Efficacy in Changing Societies*. United Kingdom : Cambridge University Press

Collins, Patrick. *Speak with Power and Confidence : Tested Ideas for Becoming a More Powerful Communicator*. New York, London : Streling Publishing.

Creswell JW. 2010. *Research Design. Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed*. Edisi Ketiga (Terjemahan). Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Devito, Joseph A. 2011. *Komunikasi Antarmanusia*. Edisi Kelima. Tangerang Selatan: Karisma Publishing Group

Dewi, Fitriana Utami. 2013. *Public Speaking : Kunci Sukses Bicara di Depan Publik (Teori & Praktik)*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Eadie, William F. 2009. *21st century communication a reference handbook*. United States of America, California : SAGE Publications, Inc.

Gunn, Anthony. 2007. *Fear is Power : Merangkul dan Memanfaatkan rasa Takut untuk Memunculkan Keberanian*. Jakarta : Hikmah

Hamdi, Asep Saipul & E.Bahrudin. 2014. *Metode Penelitian*

- Kuantitatif Aplikasi dalam Pendidikan. Yogyakarta : Deepublish
- Hidajat, M,S. 2006. *Public Speaking dan Teknik Presentasi*. Jakarta Barat : Penerbit Gaha Ilmu
- Hojanto, Ongky.2013. *Public Speaking Mastery*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- Ibrahim, Sani Ayub. 2012. *Panik Neurosis dan Gangguan Cemas (Edisi Pertama)*. Tangerang : Jelajah Nusa.
- Kadji, Yulianto. 2016. *Metode Penelitian Ilmu Administrasi (cetakan pertama)*. Yogyakarta : CV Budi Utama
- Kelly, Lynne & Arden K. Watson. 1986. *Speaking with Confidence and Skill*. New York : Harper & Row Press.
- McKerrow, Gronbeck, Enhinger, & Monroe. 2003. *Principles and Types of Public Speaking*. Boston : Pearson Education.Inc..
- Santoso, Singgih. 2017. *Statistik Multivariat Dengan SPSS*. Jakarta : PT. Elex Media Komputindo
- Sari, Endang S. 1993. *Audience Research : Pengantar Studi Penelitian Terhadap Pembaca, Pendengar dan Pemirsa*. Yogyakarta : Andi Offset
- Sirait, Charles Bonar. 2007. *The Power of Public Speaking*. Jakarta :PT Gramedia Pustaka Utama.
- Stewart L. Tubbs-Sylvia Moss. 2001. *Human Communication*. Bandung : Remaja rosda karya.
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Bisnis (Cetakan Kesebelas)*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sukendar, Markus Utomo. 2017. *Psikologi Komunikasi : Teori dan Praktek*. Yogyakarta : CV.Budi Utama
- Swarjana, I Ketut. 2016. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta : CV.Andi Offset
- Vederber, Rudolph F, Deanna D Sellnow, Katherine S Verderber. 2011. *The Challenge of effective*

Speaking ; fifteenth Edition.
Boston : Cengage Learning

West, Richard, Lynn H.Turner. 2008
*Pengantar Teori Komunikasi:
Analisis dan Aplikasi (Buku
2) (Edisi 3) Jakarta: Salemba
Humanika*

Jurnal :

Dewi, Ajeng Prasetiya & Sonny
Ardianto. 2006. *Hubungan
Antara Pola Komunikasi
dengan Kecemasan
Berbicara di Depan Umum
Pada Mahasiswa Fakultas
Keguruan. Yogyakarta*

Harini, Novita. 2013. *Terapi Warna
untuk Mengurangi
Kecemasan. Vol. 01, No.02.
Malang.*

Muslimin, Khoirul. 2016. *Faktor-
Faktor yang Mempengaruhi
Kecemasan Berkomunikasi
di Depan Umum. Semarang.*

Raja, Farhan. 2017. *Anxiety Level in
Students of Public Speaking :
Causes and Remedies.
Journal of Education and
Educational Development.
Vol. 4 No. 1.*

Yusida, Lona Putri, Indra Ibrahim &
Azrul Said. 2014. *Hubungan
Self Confidence dengan
Kecemasan Siswa Ketika
Bertanya di Dalam Kelas.
Vol.3 No.4. Padang*