

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY*
DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM
PADA SISWA SMK INKLUSI TPA JEMBER**

SKRIPSI

diajukan kepada Universitas Islam Negeri
Kiai Haji Achmad Shiddiq Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
Fakultas Dakwah
Program Studi Psikologi Islam



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ

J E M B E R

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

Oleh :

KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ

EMILIYA RAMADANI

201103050008

J E M B E R

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SHIDDIQ JEMBER
FAKULTAS DAKWAH
JUNI 2024**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY*
DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM
PADA SISWA SMK INKLUSI TPA JEMBER**

diajukan kepada Universitas Islam Negeri
Kiai Haji Achmad Shiddiq Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
Fakultas Dakwah
Program Studi Psikologi Islam



Oleh:

Emiliya Ramadani
NIM: 201103050008



Disetujui Pembimbing

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ


Fuadatul Hurniyah S. Ag., M. Si.

NIP: 197505242000032002

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY*
DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM
PADA SISWA SMK INKLUSI TPA JEMBER**

SKRIPSI

telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
Fakultas Dakwah
Program Studi Psikologi Islam

Hari : Rabu

Tanggal : 12 Juni 2024

Tim Penguji

Ketua



David Ilham Yusuf, M.Pd.I.
NIP. 198507062019031007

Sekretaris

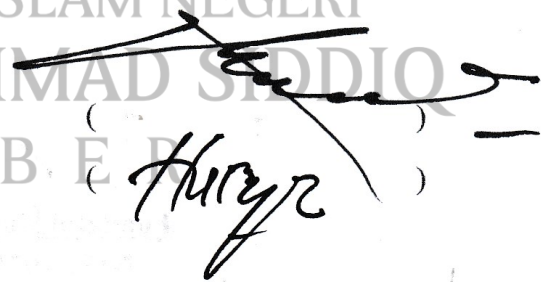


Anisah Prafitralia, M.Pd.
NIP. 198905052018012002

Anggota :

1. Dr. Minan Jauhari, M.Si.

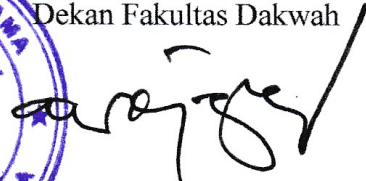
2. Fuadatul Huroniyah, S.Ag., M.Si.



Menyetujui

Dekan Fakultas Dakwah




Dr. Fawaizul Umam, M. Ag.
NIP. 197302272000031001

MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: “Janganlah kamu merasa lemah, dan jangan (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang beriman.” (QS.Al Imran: 139).*



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

* Quran.nu.or.id, Al-Qur'an QS. Ali Imron/3:139

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah segala puji dan syukur kami panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya yang telah memberikan kesehatan, kekuatan, kesabaran, serta ketekunan sehingga penulis bisa berjuang hingga saat ini. Penulis akan persembahkan untuk orang hebat yang selalu menjadi motivasi, penyemangat, dan dukungan, sampai penulis kuat untuk menyelesaikan skripsi ini, dengan demikian skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Skripsi ini saya persembahkan kepada Bapak dan Ibu tercinta (Enik haryanto & indayani) orang yang sangat hebat yang selalu ada disamping saya, yang selalu menjadi penyemangat saya sebagai sandara akan kerasnya dunia. Yang tiada henti memberikan kasih sayang dan cinta pada saya. Terimakasih selalu berjuang buat hidup saya, terimakasih untuk semua do'a dan dukungan ibu dan bapak sampai saya bisa berada dititik ini. Sehat selalu dan hiduplah lebih lama lagi, ibu & bapak harus selalu ada disetiap perjalanan & pencapaian hidup saya.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

KATA PENGANTAR

Segenap puji syukur peneliti sampaikan kepada Allah SWT karena atas rahmat dan karunia-Nya, perencanaan, pelaksanaan, dan penyelesaian skripsi sebagai salah satu syarat menyelesaikan program sarjana, dapat terselesaikan dengan baik dan lancar dan diwaktu yang tepat.

Kesuksesan ini peneliti peroleh karena adanya dukungan dari banyak pihak. Oleh karena itu, penulis menyadari dan menyampaikan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada:

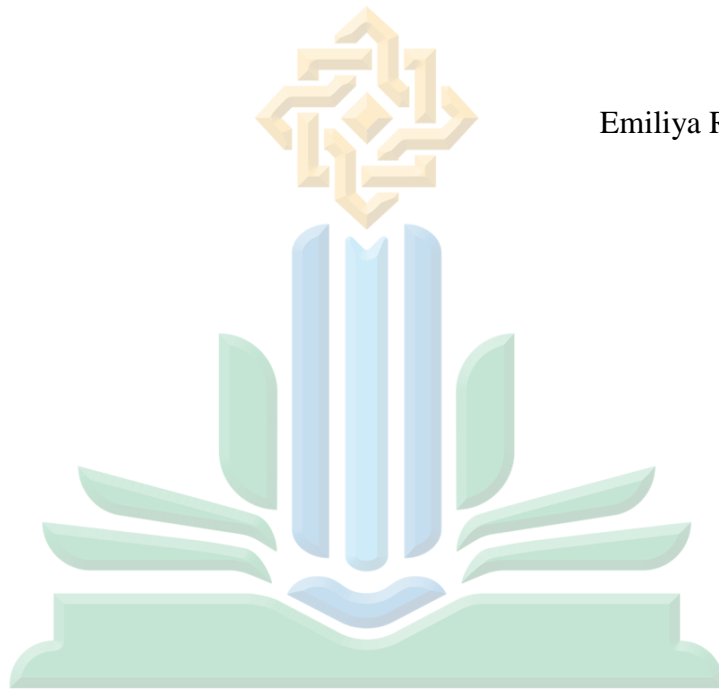
1. Bapak Prof. Dr.H. Hepni, S. Sg.,M.M., CPEM. Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
2. Bapak Dr. Fawaizul umam. M,Ag. selaku Dekan Fakultas Dakwah
3. Ibu Arrumaisha Fitri, M.Psi. Selaku ketua program Studi Psikologi Islam, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
4. Ibu Fuadatul Hurniyah.S.Ag. M.Si selaku dosen pembimbing skripsi.
5. Bapak Nonok Subandyo, S.Pd selaku Kepala Sekolah SMK Inklusi TPA Jember.
6. Terima kasih juga untuk teman satu bimbingan saya yang selalu saling mengingatkan satu sama lain

7. Terima kasih juga untuk tiga sahabat saya yang selalu mau saya reportkan sampai di titik ini.

Demikian kata pengantar ini dibuat, semoga amal baik yang telah diberikan segenap pihak kepada penulis mendapat balasan yang lebih baik dari Allah SWT

Jember, 14 Juni 2024

Emiliya Ramadani



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

ABSTRAK

Emiliya ramadani, 2024 : Hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMK Inklusi TPA Jember

Kata kunci : *Self efficacy*, kecemasan berbicara, siswa.

kecemasan berbicara di depan umum merupakan suatu proses psikologis dan fisiologis yang terjadi ketika seorang mengalami tekanan emosional dan konflik internal ketika mengkomunikasikan informasi secara lisan, salah satunya yang terjadi pada siswa SMK Inklusi TPA Jember dari kelas X hingga kelas XII siswa cenderung mengalami kecemasan berbicara di depan umum.

Rumusan masalah penelitian ini Apakah ada hubungan antara *self-efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa inklusi TPA Jember?. Tujuan dari penelitian ini Untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa inklusi TPA Jember. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional.

Hasil dari penelitian ini antara *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum yaitu 0,003. Jika nilai yang didapatkan adalah $0,003 < 0,05$ itu artinya nilai tersebut signifikansi bahwa nilai yang didapatkan adalah $< 0,005$ sehingga antara *self efficacy* dalam kecemasan berbicara di depan umum terdapat ada hubungan.

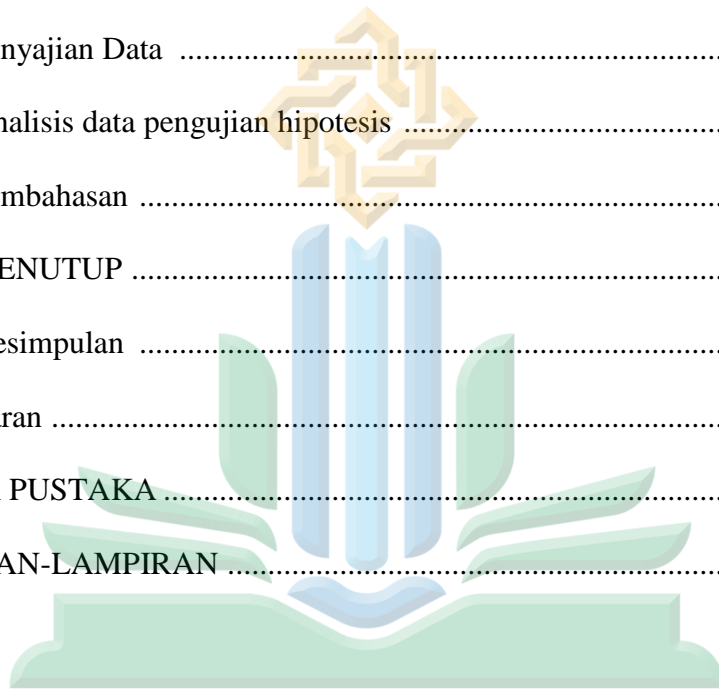
Kesimpulan dari penelitian ini bahwa hubungan *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum memiliki hubungan yang “sedang” dengan nilai sebesar 0,528 Berdasarkan katagorisasi kedua variabel tersebut diketahui bahwa siswa dengan *self-efficacy* rendah cenderung mengalami kecemasan berbicara di depan umum, siswa dengan *self-efficacy* sedang akan menunjukkan tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang sedang. Dengan demikian, hipotesis H_a diterima dan H_o ditolak.

KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	10
E. Ruang Lingkup Penelitian	12
F. Definisi Operasional	14
G. Asumsi Penelitian	17
H. Hipotesis	18
I. Sistematika Penulisan	18
BAB II KAJIAN PUSTAKA	20
A. Penelitian Terdahulu	20
B. Kajian Teori	24
BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	36

B. Populasi dan Sampel	37
C. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	39
D. Analisis Data	47
BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS	50
A. Gambaran Objek Penelitian	50
B. Penyajian Data	52
C. Analisis data pengujian hipotesis	55
D. Pembahasan	60
BAB V PENUTUP	64
A. Kesimpulan	64
B. Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN-LAMPIRAN	69



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
 KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
 J E M B E R

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Indikator <i>self efficacy</i>	13
Tabel 1.2 Indikator kecemasan berbicara	14
Tabel 2.1 Penelitian terdahulu	22
Tabel 3.1 Skor skala likert	41
Tabel 3.2 <i>Blue print self efficacy</i>	41
Tabel 3.3 <i>Blue print</i> kecemasan berbicara di depan umum	42
Tabel 3.4 Hasil uji validitas <i>self efficacy</i>	44
Tabel 3.5 Hasil uji validitas kecemasan berbicara didepan umum	45
Tabel 3.6 Hasil uji reliabilitas variabel <i>self efficacy</i>	46
Tabel 3.7 Hasil uji reliabilitas variabel kecemasan berbicara didepan umum	47
Tabel 4.1 Descriptive statistics	53
Tabel 4.2 Rumus pedoman kategori data variable	54
Tabel 4.3 Hasil uji katagorisasi <i>self efficacy</i>	54
Tabel 4.4 Hasil uji katagorisasi kecemasan berbicara di depan umum	55
Tabel 4.5 Pedoman uji normalitas	56
Tabel 4.6 Hasil uji normalitas	56
Tabel 4.7 Pedoman uji linieritas	57
Tabel 4.8 Hasil uji linieritas ANOVA Tabel	57
Tabel 4.9 Hasil Uji Hipotesis	59
Tabel 4.10 Pedoman interpretasi koefisien korelasi	59

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sistem pendidikan di Indonesia menghadapi tiga tantangan utama. Pertama, peningkatan mutu pendidikan, yang diliat dari tuntutan masyarakat untuk mempertahankan dan mengembangkan kualitas pendidikan. Kedua, dampak globalisasi, yang memaksa dunia pendidikan untuk menyiapkan sumber daya manusia yang kompeten atau memiliki daya saing semakin tinggi. Ketiga, penerapan undang-undang otonomi daerah, yang memerlukan perubahan dan penyesuaian sistem pendidikan nasional untuk menciptakan proses pendidikan yang demokratis, transparan, dan mendorong partisipasi masyarakat yang tinggi.¹

Pendidikan inklusi adalah suatu sistem sekolah yang menerima semua peserta didik tanpa memandang bentuk fisik, intelektual, sosial, emosional, bahasa dan lainnya. Siswa ini termasuk anak-anak yang mempunyai kelainan dan yang berbakat, anak-anak jalanan dan yang bekerja, anak dari orang terpencil dan nomaden (berpindah-pindah), anak dari minoritas bahasa, kesatuan sosial, serta anak-anak dari wilayah yang terpinggirkan. Sekolah ini memiliki tujuan untuk memberikan kesempatan pendidikan yang setara dengan lembaga pendidikan lainnya. SMK Inklusi TPA Jember merupakan lembaga pendidikan formal yang menyediakan pendidikan inklusif bagi anak-anak berkebutuhan khusus (ABK) dan

¹ Suhadi winoto, "komite sekolah/madrasah dan manajemen mutu pendidikan" (Bandung : cv. Bildung nusantara, 2021), hlm 1.

anak-anak pada umumnya untuk belajar bersama di satu sekolah. Pendidikan ini berlokasi di kecamatan patrang Kabupaten Jember.

Manusia tidak bisa terlepas dari pengaruh sosial, membutuhkan kehadiran orang lain, dan selau berupaya membangun hubungan dengan cara berkomunikasi dengan orang-orang disekitarnya melalui percakapan. Proses komunikasi berlangsung ketika seseorang dapat memberikan informasi, dan pengetahuan yang ia dapat, kepada temannya. Karena siswa tidak hanya berinteraksi dengan guru di kelas, tetapi juga dianjurkan untuk berbicara, mengemukakan pendapatnya secara lisan di depan banyak orang.

Meskipun semua orang bisa berbicara, tidak semua orang bisa berbicara dengan baik dan komunikatif di hadapan publik. Berbicara adalah cara seseorang berinteraksi dengan orang lain untuk mengabulkan pesan atau informasi. Komunikasi adalah bagaimana seseorang berinteraksi dengan orang lain. Berinteraksi dengan orang lain adalah bagian integral dari kehidupan sehari-hari seseorang. Kemampuan berkomunikasi sangat penting karena menentukan kualitas hidup dan diperlukan untuk mencukupkan ide, gagasan, dan pengetahuan kepada masyarakat, namun banyak siswa yang merasa insecure dalam berbicara di depan umum. Kemampuan berkomunikasi adalah salah satu keterampilan yang penting bagi siswa. Rakhmat mengatakan bahwa tidak ada individu yang dapat hidup normal tanpa berkomunikasi dengan orang lain.

Cukup banyak masalah yang sangat kompleks muncul sehubungan dengan masalah bicara, terutama masalah kecemasan ketika seseorang menemukan dirinya dalam situasi dalam yang mengharuskan mereka melakukan tugas berbicara di depan umum atau presentasi di depan umum. Ketika seseorang di tugasi berbicara di depan umum atau mengatasi banyak orang, cukup banyak individu yang merasa terkekang dalam dirinya. Tekanan mencerminkan kecemasan, perasaan campur aduk berupa rasa takut yang berkaitan dengan kejadian di masa depan yang tidak diketahui penyebabnya yang disebut kecemasan.

Kecemasan yang tiba-tiba muncul saat seseorang berbicara di depan umum dapat menyebabkan perasaan tidak nyaman, gelisah, dan cemas perasaan ini sering membuat individu ingin menghadapi situasi sulit tersebut. Menurut Pichomnd dan McCroskey, sekitar 20% dari populasi umum yang mengalami demam panggung ketika menghadapi situasi berbicara di depan umum.² Kecemasan saat berbicara di depan umum muncul ketika seseorang merasa takut menghadapi banyak orang, takut ketika dirinya menjadi pusat perhatian, takut ketika ditertawakan oleh banyak orang, takut apabila apa menyampaikan sesuatu yang dianggap tidak pantas di sampaikan, atau khawatir pembicaraannya akan membosankan audiens.

Individu yang pendiam dan cemas secara sosial seringkali cenderung mengurung diri dan kurang efektif dalam berinteraksi sosial

² Arya firmanu jendra, "Pengaruh efikasi diri terhdap kecemasan prestasi siswa kelas XI di SMA negeri 1 wuryantoro", journal of guidance and counseling, Vol 4 No 1 januari-juni 2020

karena mereka mempersepsikan adanya reaksi negatif. Kecemasan bisa mengganggu hubungan sosial karena orang yang cemas menjadi kurang terpengaruh secara sosial. Misalnya, saat mengalami kegugupan, seseorang mungkin menunjukkan tanda-tanda seperti gemetar, bergoyah, menghindari orang lain, dan kesulitan berkonsentrasi.³

Kecemasan berbicara di depan umum yang terjadi pada diri siswa bisa disebabkan oleh berbagai macam hal. Menurut Nevid, Rathus, dan Greene kecemasan memiliki gejala fisik terjadi pada fisik yang seperti bencana tubuh gemetar, keringat dingin, nafas tidak teratur, panik, gugup, dan lemas. Gejala psikologis yang timbul pada kecemasan ini adalah takut jika apa yang dilakukan akan menimbulkan kesalahan, menunjukkan tingkah laku yang tidak tenang, dan kurang berkonsentrasi. Gejala perilaku berupa rasa cemas dan berdampak pada perubahan yang tidak biasa dari perilaku seseorang, misalnya menghindar, ketergantungan, atau bahkan syok yang akhirnya membuat meninggalkan situasi yang membuatnya cemas. Sedangkan yang terakhir adalah gejala kognitif berupa khawatir pada sesuatu, percaya bahwa hal buruk akan terjadi tanpa ada alasan yang jelas, merasa tidak aman dengan orang disekitar, perasaan bingung, dan khawatir bila sendirian.⁴

³ Riski Fitriadi, "Hubungan self-efficacy dengan kontrol diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa fakultas psikologi UIN Suka Riau". (Skripsi, UIN Suka Riau, 2021)

⁴ Fasya Yahya, et al, "Perancangan user experience prototype aplikasi untuk mengatasi kecemasan berbicara di depan umum", Journal pengembangan teknologi informasi dan ilmu komputer, Vol 6 No5, Mei 2022

Berdasarkan beberapa teori di atas maka peneliti melakukan observasi pada 22 September 2023, dapat disimpulkan bahwa mereka mengalami ketakutan pada tugas presentasi, yang menyebabkan kecemasan saat berbicara di depan umum. Kecemasan yang mereka alami seperti jantung berdebar dan keluar keringat serta subjek tersebut mengaku bahwa kecemasan macam ini selalu terjadi ketika ia sedang berbicara di depan umum atau melakukan presentasi di depan kelas.

Selama pelajaran berlangsung, siswa tidak hanya berinteraksi dengan guru, tetapi juga diharapkan untuk berbicara, menyampaikan ulang apa yang telah guru sampaikan, dan ide mereka di depan orang, seperti saat menyampaikan ulang penjelasan guru, bertanya kepada guru, serta bertispasi dalam diskusi dengan teman-teman di kelas. Sebagai siswa mereka diharapkan memiliki kemampuan berbicara yang baik, baik dalam situasi personal maupun di depan umum.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum merupakan suatu proses psikologis dan fisiologis yang terjadi ketika seorang mengalami tekanan emosional dan konflik internal ketika mengkomunikasikan informasi secara lisan.

Self efficacy adalah penilaian seseorang tentang kemampuan yang dimilikinya dalam melakukan sesuatu. Menurut Bandura dan Schultz, *self efficacy* adalah persepsi yang terkait dengan kontrol yang dimiliki seseorang dalam hidupnya. Penanganan kecemasan berbeda-beda pada setiap individu, tergantung pada penilaian pribadi terhadap

kemampuannya (*Self-efficacy*). *Self efficacy* atau efikasi diri merupakan keyakinan individu bahwa ia dapat mengatasi situasi dan mencapai hasil yang positif. Keyakinan terhadap diri sendiri ini sangat mempengaruhi individu dalam menghadapi situasi yang menekan.⁵ Al-Qur'an menjelaskan bahwa setiap individu akan mampu menghadapi peristiwa apapun yang terjadi. Seperti dalam firman Allah SWT dalam surat Al-Imran ayat 139, yaitu :

وَلَا تَحْزِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: “ Janganlah kamu merasa lemah, dan jangan (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu benar-benar beriman.”⁶

Ayat tersebut berpesan agar umat islam tidak boleh lemah atau bersedih atas apa yang telah hilang atau diraihinya, meski harus menghadapi banyak kekalahan dan penderitaan, seperti pada perang uhud. Perang uhud adalah rezeki tuhan dalam kehidupan sehari-hari dan harus dijadikan pelajaran. Muslim dalam perang memiliki rasa spiritual dan humor yang kuat, jika mereka benar-benar beriman. Oleh karna itu, ayat tersebut membahas bahwa tuhan menciptakan manusia dengan karunia yang lebih sempurna dari makhluk lain yang ia ciptakan, dan manusia harus yakin bahwa mereka dapat menyelesaikan semua masalahnya. Seseorang yang sadar akan nikmat yang dianugerahkan Allah tidak bisa pasif atau lemah. Ia menjadi lebih kuat dan harus memiliki sikap yang

⁵ Diah khanifah syafitri “ Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara bahasa asing didepan umum pada mahasiswa pendidikan bahasa jepang universitas negeri semarang angkatan 2018 ”.(Skripsi,universitas negeri semarang, 2020)

⁶ Quran.nu.or.id, Al-Qur'an QS. Ali Imron/3:139

lebih positif. Dekati masalah saat ini dengan keyakinan bahwa itu hanya ujian hidup dan dengan keyakinan bahwa bisa berbuat lebih baik.⁷

Dari penjelasan di atas dapat di terangkan bahwa Allah SWT bersama manusia yang yakin akan kepercayaan yang dimilikinya, dalam kaitannya dengan konsep *self efficacy*, siswa menunjukkan *self efficacy* rendah maupun tinggi. Terlebih lagi Allah tidak membiarkan umatnya tidak berdaya dan tidak berguna. Namun Allah hanya membenci mereka yang tidak mau berusaha untuk menyerah.

Individu dengan *self efficacy* yang rendah cenderung menghindari tugas-tugas dan mudah menyerah ketika menghadapi masalah. Mereka menyebut kegagalan sebagai kurangnya kemampuan. Sebaliknya, orang dengan *self-efficacy* tinggi berusaha atau mencoba lebih kuat dalam menghadapi tantangan. Keyakinan yang kuat akan membuat seseorang terus berusaha hingga tujuan tercapai, sementara keyakinan diri yang lemah akan membuat seseorang menghadapi masalah, baik dari luar maupun dari dalam diri sendiri.

Sedangkan siswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung menyelesaikan instruksi yang lebih sulit tanpa menganggapnya sebagai beban atau ancaman. Mereka memilih untuk mengembangkan minat mereka dalam suatu aktivitas untuk mencapai tujuan mereka. Mereka juga memiliki kemampuan untuk mencegah sebuah kegagalan yang terjadi. Individu dengan *self-efficacy* tinggi akan cepat bangkit dan memulihkan

⁷ Ahmad mustofa, yusuf arisandi, "konsep percaya diri persektif Al-qur'an", journal studi islam, vol 01 no 01, september 2021.

tujuan, tugas dan tantangan. Ketika dihadapkan pada suatu tugas yang penuh tekanan, dalam hal ini berbicara di depan umum, maka rasa percaya diri seseorang terhadap keahliannya (*self-efficacy*) akan mempengaruhi cara seseorang dalam bereaksi terhadap situasi yang menekan.

Walaupun Bandura menantang konsep “skala serbaguna” dalam karya Lonnfjord dan Hagquist, dia mengakui bahwa *self efficacy* bisa digeneralisasikan saat ada kesamaan struktur kognitif dalam berbagai aktivitas seseorang. Contohnya, saat ada berbagai tugas yang memerlukan kemampuan serupa atau ketika keperluan yang diperlukan untuk berbagai aktivitas diperoleh secara bersama. Bandura juga menjelaskan konsep “transformasi pengalaman” yang dapat meningkatkan keyakinan individu dalam bidang lain setelah mencapai kesuksesan dalam bidang tertentu.

Hasil observasi yang peneliti lakukan pada siswa SMK inklusi TPA Jember dari kelas X hingga kelas XII siswa cenderung mengalami kecemasan berbicara di depan umum. Subjek berbicara dengan suara gugup, ekspresi gugup dan cemas, serta keengganan untuk berbicara di depan guru. Berdasarkan hasil observasi dan latar belakang di atas, dapat dipaparkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum pada siswa menunjukkan adanya permasalahan yang penting untuk mencegah dampak yang berkelanjutan.

Berdasarkan paparan di atas, maka dari itu peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian tentang “ Hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa Inklusi TPA Jember”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah ditemukan pada bagian sebelumnya, maka permasalahan dalam penelitian ini yaitu : “Apakah ada hubungan antara *self-efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa inklusi TPA Jember ?”

C. Tujuan Penelitian

Peneliti mempunyai tujuan berupa merupakan faktor penting dalam penelitian terutama terkait dengan menggambarkan arah penelitian. Yujuan penelitian harus terkait dengan masalah yang sudah dirumuskan sebelumnya, yaitu. “Untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa inklusi TPA Jember”.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini berjudul “Hubungan *self-efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMK inklusi TPA Jember” Merupakan rasa keingin tahanan serta pemahaman penulis terkait analisi Hubungan *self-efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa. Setiap penelitian pastinya akan membawa manfaat bagi penulis maupun pembaca. Adapun manfaat penelitian adalah :

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memajukan perkembangan ilmu pengetahuan dan menjadi penduan bagi penerapan teori yang diperoleh dalam lingkungan perkuliahan. Selain itu, penelitian ini

diharapkan dapat menambah pengalaman mengenai praktik yang benar-benar diterapkan dalam kehidupan nyata.

2. Manfaat praktis

a. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti, karya penelitian ini dapat di jadikan sebagai acuan dalam pembelajaran dan juga sebagai pengalaman dalam melakukan penelitian ilmiah dan berbagai proses penelitian.

b. Bagi siswa

Bisa memberikan pengetahuan tentang hal-hal yang bisa memengaruhi rasa cemas saat berbicara di depan umum. Penting bagi siswa untuk memiliki keyakinan dan penilaian yang positif tentang kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas, serta memahami tantangan dan hambatan yang mungkin muncul dari lingkungan sekolah.

c. Bagi SMK Inklusi TPA Jember

Penelitian ini diharapkan memberi suatu masukan perbedaan yang positif pada siswa yang mengalami kecemasan saat berbicara di depan umum. Tujuannya adalah memberikan manfaat bagi semua pihak yang terlibat di SMK Inklusi TPA Jember.

d. Bagi UIN Khas Jember

Diharapkan, penelitian ini bisa menjadikan acuan bagi anggota akademis dalam mengembangkan pengetahuan tentang *self efficacy* dan kecemasan berbicara di depan umum.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Variabel penelitian

Variabel penelitian adalah suatu ciri atau nilai suatu objek, individu atau aktivitas yang memiliki beberapa variasi diantara mereka sendiri dan ditentukan oleh peneliti untuk mencari sumber data yang berkaitan dan meneliti untuk menarik kesimpulan.¹¹ Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 2 variabel penelitian, yaitu :

a. *Self efficacy* (Variabel X)

Variabel bebas adalah variabel yang dapat menyebabkan perubahan pada variabel terikat. Variabel bebas atau ordinal menggunakan simbol huruf (X). Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas ialah "*Self efficacy*"

b. Kecemasan berbicara di depan umum (variabel Y)

Variabel terikat adalah variabel yang di pengaruhi oleh atau menjadi hasil dari variabel-variabel bebas, atau biasa menggunakan simbol huruf (Y). Adapun dalam penelitian ini yang menggunakan variabel terikat ialah "Kecemasan berbicara di depan umum".

¹¹ Sugiyono, *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R&D*, (Bandung : Alfabta, 2020), hlm69

2. Indikator variabel

Peneliti mendefinisikan indikator sebagai variabel yang bisa dijadikan sebagai informasi atau keterangan.¹² Penelitian menggunakan indikator variabel yang berasal dari berbagai aspek variabel penelitian, termasuk indikator *Self efficacy* dan indikator kecemasan berbicara di depan umum.

a. *Self efficacy*

Indikator pada variabel *Self efficacy* menyanggung bagian-bagian dari keyakinan diri seseorang terhadap kemampuannya sendiri menurut Bandura, khususnya sudut pandang *magnitude / level*, *strength* (kekuatan), *generality* (generalisasi). Adapun indikator variabel *self efficacy* dapat dijelaskan dalam bentuk tabel berikut :

Tabel 1.1 indikator *self efficacy*

No	Aspek <i>self efficacy</i>	Indikator
1.	Level / <i>magnitude</i>	1. Individu mampu untuk menyelesaikan tugasnya dengan baik 2. Memiliki keyakinan bahwa ia bisa meraih hal yang ia harapkan 3. Kemampuan untuk bangkit dalam melaksanakan tugasnya
2.	Kekuatan / <i>strength</i>	1. Besarnya usaha yang dilakukan 2. Pantang menyerah 3. Mampu menghadapi rintangan
3.	Generalisasi / <i>generality</i>	1. Individu merasa yakin atas kemampuannya 2. Mampu menyelesaikan tugas atau masalah yang di hadapi.

¹²Faisol, *Pengertian indikator*, UIN Medan area, desember 2021.

b. Kecemasan berbicara di depan umum

Indikator pada kecemasan berbicara menurut Freud, khususnya pada sudut pandang kecemasan realitas, kecemasan neurosis, dan kecemasan moral. Adapun indikator variabel kecemasan berbicara yang dijabarkan dalam tabel berikut :

Tabel 1.2 Indikator Kecemasan Berbicara

No	Aspek kecemasan berbicara	Indikator
1.	Kecemasan realitas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cemas yang berlebihan 2. Merasa panik dan khawatir akan datangnya bahaya
2.	Kecemasan neurosis	<ol style="list-style-type: none"> 1. Suasana hati yang tidak tenang seperti halnya gemetar, gelisah dan mudah menangis 2. Ketakutan ketika diberi hukuman
3.	Kecemasan moral	<ol style="list-style-type: none"> 1. Individu merasa bersalah apabila berbuat kesalahan yang moral 2. Rasa malu yang berlebihan 3. Merasa terkekang hingga lari dari kenyataan.

F. Definisi Operasional

Saifudin Azwar berpendapat bahwa definisi operasional mempunyai satu arti dan diterima secara obyektif kapan saja indikatornya tidak terlihat. Definisi sesuai dengan variabel yang diformat berdasarkan karakteristiknya variabel yang diamati.¹³

¹³ Ilham Agustian, et al, "Pengaruh sistem informasi manajemen terhadap peningkatan kualitas pelayanan di PT. Jasaraharja Putra Cabang Bengkulu", journal Professional FIS UNIVED Vol 6 no 1, Juni 2019.

1. *Self efficacy*

Bandura menyatakan *self-efficacy* terhadap keyakinan seseorang sebagai kepercayaan diri untuk mencapai hasil yang di inginkan dalam kondisi tertentu. Keyakinan dapat mencakup kepercayaan pada keahlian diri sendiri, keahlian untuk beradaptasi, kualitas dan kuantitas pengetahuan, serta keahlian untuk berfungsi dengan baik dalam situasi yang menekan.

Self-efficacy adalah salah satu pandangan seseorang yang menyakinkan bahwa seseorang dapat mampu melakukan tugas yang penting untuk mencapai tujuan tertentu. Secara keseluruhan, *self-efficacy* merupakan kepercayaan individu terhadap kemampuan mereka dalam melakukan berbagai tindakan, mencapai tujuan, menghasilkan hasil yang maksimal, mengorganisasi, dan mengimplementasikan keahlian yang diperlukan.¹⁴

Self efficacy didalam skripsi ini didefinisikan sebagai keyakinan yang dimiliki individu akan kemampuannya untuk mengatasi situasi yang dihadapi, dan juga memiliki rasa percaya kepada diri sendiri terkait dengan kemampuannya, memiliki kepercayaan diri, adaptasi yang baik terhadap lingkungan yang beragam, dan memiliki kapasitas kognitif yang baik.

¹⁴ <https://www.gramedia.com/best-seller/self-efficacy-efikasi-diri/>

2. Kecemasan berbicara

Menurut McCroskey dan Richmond mengatakan bahwa kecemasan berbicara di depan umum merupakan bagian dari apa yang disebut sebagai *communication apprehension*, yang mengacu pada tingkat kecemasan seseorang terkait dengan aktivitas komunikasi langsung, baik dengan satu orang atau lebih. Individu yang mengalami kecemasan komunikasi cenderung menghindari interaksi sosial, berusaha membatasi komunikasi dengan orang lain, dan hanya berbicara jika diperlukan saja.¹⁵

Kecemasan berbicara didefinisikan sebagai ketakutan dan kekhawatiran yang tinggi sehingga dapat memunculkan suatu ketakutan dan perasaan buruk yang dirasakan oleh peserta didik kelas X sampai kelas XII SMK inklusi TPA Jember dalam komunikasi secara lisan. Menurut Rahmat apabila seseorang merasa memiliki rendah diri mereka akan mengalami kesulitan berkomunikasi gagasannya kepada orang lain, dan enggan berbicara di depan umum, karena takut disalahkan orang lain. Kecemasan dalam berinteraksi sosial lebih sering disebabkan oleh pikiran-pikiran negatif yang ada pada diri individu.

Masalah kecemasan berbicara seringkali tidak diatasi sehingga mencapai tingkat patologis. Kecemasan ini sering diabaikan dan sering dianggap sebagai hal yang tidak serius bagi peserta didik,

¹⁵ Dea rizkiana aprilia makhran, et al, “ pengaruh relaksasi otot terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa”, journal psikologi unsyiah Vol 4 no 2, juli 2021.

meskipun jika tidak ditangani dengan serius, masalah ini dapat mengakibatkan kesulitan dalam berkomunikasi interpersonal, kesulitan dalam mengungkapkan pendapat, dan penurunan prestasi belajar. Peserta didik yang mengalami kecemasan berbicara cenderung merasa dinilai negatif oleh orang lain, baik secara nyata maupun prasangka, sehingga mereka cenderung menghindari situasi yang menimbulkan kecemasan untuk merasa aman.¹⁶

Dengan demikian yang dimaksud kecemasan berbicara di depan adalah menghadapi keadaan yang tidak enak yang bersifat tidak menetap pada diri siswa reguler SMK inklusi TPA Jember, baik ketika membayangkan atau pada saat berbicara di depan umum.

G. Asumsi Penelitian

Asumsi penelitian merujuk pada prinsip-prinsip kebenaran yang menjadi dasar pemikiran yang disetujui kebenarannya oleh peneliti.

Asumsi-asumsi ini perlu didefinisikan dengan jelas sebagai proses pengumpulan data penelitian. Fungsi utama asumsi-asumsi ini adalah pemahaman terhadap masalah yang diteliti, menegaskan variabel-variabel utama dalam penelitian, dan membantu dalam merumuskan hipotesis.¹⁷

Berdasarkan dari pemahaman asumsi penelitian diatas, bahwa asumsi yang dikekukan dalam penelitian ini adalah Kecemasan berbicara di depan

¹⁶ Khairunisa “kecemasan berbicara didepan kelas pada peserta didik sekolah dasar”, *Journal tunas bangsa*, vol 6 no 2, (agustus 2019).

¹⁷ UIN KHAS Jember, *Pedoman penulisan karya Ilmiah*, (Jember : UIN KHAS Jember, 2021). Hlm 41

umum pada siswa SMK Inklusi TPA Jember memiliki hubungan dengan *self efficacy*

H. Hipotesis

Jawaban sementara terhadap rumusan masalah, yang diucapkan dalam kalimat atau pernyataan, merupakan definisi dari suatu hipotesis penelitian. Oleh karena itu, peneliti dalam penelitian ini mengajukan hipotesis awal berupa pernyataan sebagai berikut :

H₀ : Tidak ada hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan berbicara didepan umum pada siswa SMK inklusi TPA Jember

H_a : Ada hubungannya antara *self efficacy* dengan kecemasan berbicara didepan umumpada siswa AMK inklusi TPA Jember

I. Sistematika Penulisan

Sistematika pembahasan dalam penelitian ini dibagi menjadi beberapa bagian yaitu :

BAB I PENDAHULUAN

Pendahuluan ini berisi informasi tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi operasional, asumsi penelitian, hipotesis penelitian dan struktur penulisan.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

Dalam bab dua menjelaskan tentang kajian penelitian terdahulu dan juga penjelasan teori. Teori yang di bahas dalam penelitian ini yakni teori *self efficacy* dan teori kecemasan berbicara di depa umum.

BAB III METODE PENELITIAN

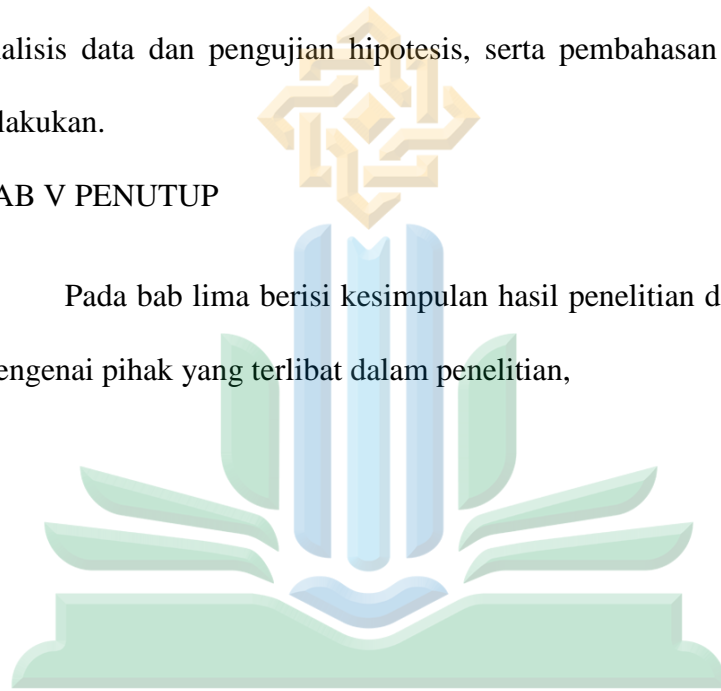
Pada bab ketiga, diberikan gambaran tentang metodologi penelitian, serta penjelasan metode dan alat yang berkaitan dengan populasi, pengambilan sampel, pengumpulan dan penyajian data.

BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

Bab empat membahas inti penelitian, penyajian bahan penelitian, analisis data dan pengujian hipotesis, serta pembahasan penelitian yang dilakukan.

BAB V PENUTUP

Pada bab lima berisi kesimpulan hasil penelitian dan saran peneliti mengenai pihak yang terlibat dalam penelitian,



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu merujuk pada penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, yang kemudian digunakan sebagai upaya perbandingan antara penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan. Selain itu, penelitian terdahulu juga berguna bagi penelitian untuk menunjukkan keaslian atau orisinalitas dari penelitian mereka.

Penelitian pertama dengan judul “Hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa baru fakultas psikologi uin Maulana Malik Ibrahim Malang” yang dilakukan oleh Faiqotul Himmah pada tahun 2020 di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan dua variabel yakni variabel bebas (X) adalah kepercayaan diri dan variabel terikat (Y) adalah kecemasan berbicara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa korelasi yang diteliti antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum $r = -0,856$ berada pada rentang 0,80-1,000 berada pada kategori sangat kuat.¹⁸

Penelitian ke dua dengan judul “Pengaruh *self efficacy* dan motivasi kerja terhadap kinerja karyawan pada PT. asuransi umum bumi putera” yang dilakukan oleh Gusti Rahmatullah pada tahun 2022 di

¹⁸ Faiqotul himmah, “Hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa baru fakultas psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”, (skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2020).

Universitas Islam Riau. Penelitian ini memakai metode kuantitatif, dengan tiga variabel yang digunakan yakni variabel bebas (X) adalah *self-efficacy* dan motivasi kerja, variabel terikat (Y) adalah kinerja karyawan. Hasil uji analisis pada penelitian menyatakan bahwa *self efficacy* dan motivasi kerja secara parsial dan simultan berpengaruh terhadap kinerja karyawan yaitu sebesar 83,1% pada PT. Asuransi Wahana Tata Cabang Medan.¹⁹

Penelitian ke tiga dengan judul “Pengaruh *self efficacy* terhadap kemampuan pemecahan masalah matematis siswa” yang dilakukan oleh Moch. Ramdhan Al-batani pada tahun 2022 pada Universitas Lampung. Penelitian ini memakai metode kuantitatif dengan dua variabel yakni variabel bebas (X) adalah *self efficacy* dan variabel terikat (Y) adalah kemampuan pemecahan masalah matematis siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self efficacy* siswa mengalami peningkatan sebesar 1 maka kemampuan pemecahan masalah matematis siswa akan meningkat sebesar $5,52 + 0,15 = 5,67$. Semakin tinggi *self efficacy* siswa maka kemampuan pemecahan masalah matematis siswa juga semakin baik.²⁰

Penelitian ke empat dengan judul “Hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa universitas islam sultan agung semarang” yang dilakukan oleh Siswaning Nuki Adi Candra pada tahun 2022 di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan dua variabel yakni variabel

¹⁹ Gusti Rahmatullah, “Pengaruh *self efficacy* dan motivasi kerja terhadap kinerja karyawan pada PT. Asuransi umum bumi putera”. (Skripsi, Universitas Islam Riau Pekanbaru, 2022).

²⁰ Moch. Ramdhan al-bantani “Pengaruh *self efficacy* terhadap kemampuan pemecahan masalah matematis siswa”. (skripsi, Universitas Lampung, 2022).

bebas (X) adalah kepercayaan diri dan variabel terikat (Y) adalah kecemasan berbicara di depan umum. Hasil penelitian menunjukkan bahwa uji hipotesis menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif signifikan antara kepercayaan diri dan kecemasan berbicara di depan umum, pada mahasiswa unissula semarang dengan koefisien korelasi $r=0,384$ dan signifikansi $p=0,000$ ($p<0,05$).²¹

Tabel 2.1
Penelitian terdahulu

No	Nama, Tahun, Judul	Perbedaan	Persamaan
1.	Faiqotul Himmah (2020) Hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa baru fakultas psikologi uin maulana malik ibrahim malang	Peneliti sebelumnya menggunakan subjek mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2019-2020. Sedangkan peneliti menggunakan subjek siswa	Penelitian ini memiliki persamaan metode kuantitatif dan variabel terikat (Y)
2.	Gusti Rahmatullah. (2022) Pengaruh self efficacy dan motivasi kerja terhadap kinerja karyawan pada PT. asuransi umum bumi putera.	Peneliti sebelumnya menggunakan subjek karyawan di PT. asuransi umum bumi putera. Sedangkan peneliti menggunakan subjek siswa SMK inklusi. Peneliti sebelumnya menggunakan tehnik pengumpulan data	Peneliti sebelumnya sama-sama menggunakan metode penelitian kuantitatif. Variabel bebas (x) sama-sama. menggunakan <i>Self efficac</i> Peneliti sebelumnya sama-sama

²¹ Siswaning nuki adi candra, "Hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa universitas islam sultan agung semarang", (skripsi, Universitas islam sultan agung, 2022).

		wawancara. Sedangkan peneliti menggunakan tehnik pengumpulan data observasi dan dokumentasi.	menggunakan teknik pengumpulan data kuesioner.
3.	Moch. Ramdhan Al-batani. (2022) Pengaruh self efficacy terhadap kemampuan pemecahan masalah matematis siswa.	Peneliti sebelumnya menggunakan teknik cluster random sampling. Sedangkan peneliti menggunakan tehnik purposive sampling. Peneliti sebelumnya menggunakan subjek siswa kelas IX B. Sedangkan peneliti menggunakan subjek siswa reguler yang memiliki kecemasan berbicara pada siswa SMK inklusi	Peneliti sebelumnya sama menggunakan metode kuantitatif. Variabel bebas (X) sama-sama menggunakan <i>self efficacy</i> .
4.	Siswaning Nuki Adi Candra. (2022) Hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa universitas islam sultan agung semarang	Peneliti sebelumnya bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan berbicara di depan umum. Sedangkan peneliti bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan dari self efficacy dengan kecemasan berbicara didepan umum. Penelitian sebelumnya melibatkan partisipan mahasiswa, sementara peneliti memilih untuk menggunakan parsipan mahasiswa.	Penelitian ini memiliki persamaan metode kuantitatif dan variabel terikat (Y) kecemasan berbicara di depan umum.

B. Kajian Teori

1. Kecemasan berbicara

a. Pengertian kecemasan berbicara

Kecemasan berbicara di depan umum adalah salah satu bentuk kecemasan komunikasi yang terjadi ketika seseorang berbicara di depan banyak orang atau menghadapi situasi-situasi baru dan berbeda. Banyak remaja menganggap kecemasan ini sebagai hal yang tidak ditangani, kecemasan ini dapat membuat mereka gagal mengungkapkan ide, menjawab pernyataan, dan melakukan presentasi di dalam kelas, meskipun memiliki ide dan topik yang baik. Sejalan dengan pendapat Muslimin, jika masalah kecemasan berbicara di depan umum dibiarkan, hal ini bisa menjadi fenomena patologis yang mengakibatkan remaja kehilangan peluang berharga, baik di sekolah maupun di luar sekolah, bahkan sampai membuat mereka menarik diri dari interaksi sosial sehari-hari.²²

Teori kecemasan Freud pertama kali muncul dari gagasan yang mengumpulkan analogi tentang kesamaan respon kecemasan tubuh dengan respon yang diamati saat berubun. Teori ini muncul sekitar tahun 1894 sebagai kelanjutan dari teori kointus interuptus yang sudah ada sebelumnya. Freud menganggap kecemasan sebagai bagian integral dari sistem kepribadian seseorang, yang menjadi dasar

²² Khoiril Muslim "Faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan berkomunikasi di depan umum (kasus Mahasiswa Fakultas Dakwah INISNU Jepara)", journal Interaksi, Vol 2, No 2 (2020)

bagi perkembangan perilaku neurisis dan psikosis. Freud mengatakan bahwa prototipe dari semuanya.²³

Menurut Sutejo, kecemasan adalah rasa takut terhadap kemungkinan kemunculan sesuatu berdasarkan antisipasi terhadap suatu ancaman dan merupakan sinyal untuk membantu masyarakat bersiap menghadapi ancaman tersebut. Pengaruh tuntutan, bersaing, dan bencana dalam peristiwa kehidupan sehari-hari dapat berdampak pada kesehatan fisik dan mental seseorang. Kecemasan bisa membawa perasaan, perilaku, dan respons fisiologis. Selain itu, definisi lain dari kecemasan adalah emosi yang tidak bisa terkontrol, yang sering diidentifikasi dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran.²⁴

Rogers mengatakan bahwa kegelisahan dan kecemasan saat berbicara didepan umum, seringkali ditandai dengan perasaan cemas dan tertekan, yang berbeda dengan situasi percakapan informal seperti antara teman, pasangan, pembeli, dan penjual. Dimana individu merasa lebih aman untuk berbagi pikiran atau pendapat. Dalam konteks komunikasi yang intim seperti itu, seseorang dapat menyesuaikan responsnya karena adanya umpan balik yang terus-

²³

https://www.google.com/url?q=https://www.researchgate.net/profile/Andri-Andri-4/publication/21027782_Anxiety_Theory_Based_On_Classic_Psychoanalytic_and_Types_of_Defense_Mechanism_To_Anxiety/links/08fd487bf74e1f5032ab8275/Anxiety-Theory-Based-On-Classic-Psychoanalytic-and-Types-of-Defense-Mechanism-To-Anxiety.pdf&sa=U&ved=2ahUKEwiclZWCjr2DAxXq3jgGHfWOB_4QFnoECBEQAQ&usg=AOvVaw0T0cV7bDQ4ECji5J8i7735

²⁴ Putri pusvitasari, arini miftijayanti, "strategi coping dan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa fakultas ekonomi dan sosial universitas jenderal achmad yani yogyakarta" journal ilmiah psikomuda connectedness, vol 1 no 2, 2020.

menerus dari lawan bicara. Ketika berbicara dengan hormat, percaya diri, ramah, serta sesekali menyertakan humor, individu dapat menciptakan suasana hati yang lebih nyaman dan terbuka.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan berbicara adalah ketakutan dan kekhawatiran yang dirasakan secara negatif oleh individu saat berkomunikasi. Hal ini sering ditandai dengan perasaan tegang, gugup, atau bahkan merasa panik yang dialami individu saat akan berinteraksi dengan orang lain atau dalam situasi berbicara di depan banyak orang.

b. Aspek-aspek kecemasan berbicara

Menurut Freud kecemasan berbicara di depan umum dibagi menjadi tiga bagian, yaitu:

1) Kecemasan realitas

Kecemasan realitas adalah kecemasan yang berakar dari rasa takut terhadap bahaya nyata di dunia fisik. Kecemasan seperti ini membuat seseorang mempunyai takut yang berlebihan seperti kebakaran, gempa bumi atau hewan buas. Kecemasan ini mendorong individu untuk merespon secara spesifik terhadap ancaman tersebut. Contohnya, seseorang bisa sangat cemas untuk meninggalkan rumah karena khawatir akan terjadi kecelakaan atau karena ketakutan yang berlebihan.

2) Kecemasan neurosis

Kecemasan neurosis mempunyai dasarnya pada masa kecil, yang melibatkan konflik antara keinginan instingtual dan realitas. Sehingga masa kecil, seseorang mungkin mengalami hukuman dari orang tuanya beberapa kali, dalam hal ini seseorang mempunyai kecemasan yang berlebihan dan mudah untuk menangis.

3) Kecemasan moral

Kecemasan moral adalah kecemasan yang tampak dari bagian superego, rasa cemas ini mengartikan bahwa dari ketidakmampuan diri seorang untuk memenuhi standar moral atau kesempurnaan tertentu sehingga rasa takut terhadap hati nurani diri sendiri. Kecemasan ini mengacu pada moral-moral yang mengacu pada masyarakat penderitaan berfikir jika melakukan sesuatu akan melanggar moral-moral yang telah berlaku.

c. Faktor-faktor kecemasan berbicara

Kecemasan dapat bervariasi dalam tingkat ketepatan dan durasi yang dialami. Orang yang mengalami gangguan kepanikan yang biasanya menunjukkan gejala kecemasan yang mencolok. Kecemasan tanpa serangan kepanikan disebut sebagai gangguan kecemasan umum. Kedua jenis gangguan ini, baik yang berkaitan dengan kepanikan maupun kecemasan umum, dipengaruhi oleh

faktor-faktor yang menyebabkan gejala dan tanda-tanda yang serupa.²⁵

Monart dan kase membahas tentang faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang sehingga mengalami kecemasan saat berbicara di depan publik. Beberapa faktor tersebut mencakup :²⁶

1) Faktor biologis

Dalam hal ini, Suasana yang memuat seseorang ketidaknyamanan akan menyebabkan adanya respon fisiologis seperti saraf simpati yang muncul dan melepaskan adrenalin (yaitu suatu hormon *Figh* (menghadapi) dan *Fligh* (menghindari), detak jantung yang berdebar begitu kencang, tekanan darah naik, bernafas menjadi cepat, dan terjadi gemetar pada tangan dan kaki, dan sebagainya.

2) Faktor pikiran negatif

Dalam konteks ini, kecemasan saat berbicara di depan umum dapat di picu oleh pikiran negatif yang kemudian memicu fikiran biologis. Sebaliknya, respons biologis kadang-kadang dapat menguatkan kecemasan dan fikiran negatif yang muncul. Contohnya dari pikiran negatif tersebut termasuk keyakinan “berbicara di depan umum itu mengerikan” atau kekhawatiran

²⁵ Safitri rammayah, *kesemasan bagaimana mengatasi penyebabnya*, trans. Perpustakaan populer obor, (Jakarta : jl. Plaju no.10, 2003), hlm 14

²⁶ Muhammad randicha hamandia, *analisis konseptual mengenai kecemasan dalam berbicara di depan umum*, journal komunikasi islam dan kehumasan Vol 6 no 1 2022.

berlebihan tentang akibat yang buruk dari situasi sosial tertentu, seperti berbicara di depan umum.

3) Faktor perilaku menghindari

Dalam hal ini, ada keinginan dari individu untuk segera menghindari situasi yang menimbulkan ketegangan dan tidak ingin mengalami kembali situasi tersebut.

4) Faktor emosional

Ketika seorang individu menampakan situasi yang menakutkan, mereka mengalami respons fisiologis, kognitif dan juga perilaku yang menjelaskan situasi seperti itu, seseorang mengembangkan ketakutannya sendiri terhadap situasi tertentu.

2. *Self efficacy*

a. Pengertian *Self efficacy*

Self efficacy mempunyai konsep yang bersumber dari teori belajar sosial, di mana beberapa menyesuaikan dengan lingkungannya, yang dipengaruhi oleh penilaian individu terhadap kemampuan mereka. Efikasi diri ini bersangkutan dengan keyakinan seseorang akan keahlian mereka untuk mencapai tujuan sesuai dengan harapan. Teori ini pertama kali di perkenalkan oleh Bandura, yang menggambarkan *self efficacy* sebagai keyakinan individu

terhadap keahlian mereka untuk berhasil dalam situasi dan kondisi tertentu.²⁷

Perkembangan *self efficacy* sering meningkat dengan keahlian dan kelebihan wawasan. Hal ini menumbuhkan perasaan, dan perilaku yang membuat seseorang merasa mampu mengatasi lingkungan sosial mereka.

Robbins pada tahun 1998 menyatakan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk menyelesaikan tugas secara efektif. Ketika seseorang memiliki *self efficacy* yang tinggi, mereka juga memiliki kepercayaan diri yang kuat dalam kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas dengan baik, dan sebaliknya.²⁸

Self efficacy adalah suatu penilaian individu terhadap kemampuannya untuk melakukan dan menyelesaikan suatu tugas.

Menurut teori kognitif sosial, sumber-sumber *self efficacy* meliputi : pertama, penilaian individu terhadap pengalaman performas mereka sendiri atau yang di kenal sebagai pengalaman penguasaan mastery experience. Kedua, informasi tentang apa yang dapat dicapai oleh individu dari pengalaman-pengalaman positif yang mereka alami (vicarious experience) melalui pengamatan perilaku orang lain, seperti teman sekolah, dan orang dewasa di sekitarnya. Ketiga,

²⁷ Lina arifah fitriyah, et al, *Menanamkan efikasi diri dan kestabilan emosi*, (Jombang : Lppm unhasy tebuireng jombang, 2019), hlm 5

²⁸ Tutuk ari arsanti, "Hubungan antara penetapan tujuan self efficacy dan kinerja", journal bisnis dan ekonomi vol 16 no 2, 2020.

pengaruh sosial dan penilaian dari orang tua, guru, dan teman. Sedangkan yang keempat adalah kondisi fisiologis dan emosional individu, tingkat stres, kelelahan, kecemasan, dan suasana hati, yang dapat menjadi indikator dari kemampuan mereka.²⁹

Keyakinan individu terhadap *self efficacy* bisa dikembangkan melalui empat sumber pengaruh utama. Salah satu cara paling efektif untuk meningkatkan *self efficacy* adalah melalui pengalaman keberhasilan. Keberhasilan ini dapat memperkuat keyakinan *self efficacy* seseorang. Sebaliknya, kegagalan bisa mengurangi *self efficacy* individu, kecuali jika kegagalan tersebut terjadi sebelum keyakinan *self efficacy* yang kuat telah terbentuk.³⁰

Berdasarkan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* secara umum merujuk pada kemampuan individu terhadap kemampuannya untuk mengatasi suasana yang dialami dalam kehidupan. *Self efficacy* ini tidak hanya terkait dengan keahlian yang dialami seseorang, tetapi lebih pada keyakinan individu tentang apa yang dapat mereka lakukan dengan kemampuan yang dimiliki. *Self efficacy* dapat memengaruhi berbagai aspek kognitif dan perilaku individu, sehingga perilaku seseorang dapat berbeda dengan individu lainnya.

²⁹ Titik kristiyanti, *Self-regulated learning*, (yogyakarta: Sanata dharma universitas press, 2016) hlm 89

³⁰ Titik kristiyanti, hlm 90

b. Aspek-aspek *self efficacy*

Menurut Bandura dalam Alfeus Manuntung, mengatakan bahwa *self-efficacy* pada tiap orang berbeda antara individu satu dengan yang individu lainnya, berdasarkan tiga asumsi. Berikut adalah tiga dimensi tersebut :³¹

1) *Magnitude / level*

Dimensi ini mengacu pada seberapa percaya diri seseorang dalam menghadapi tugas yang dihadapinya. Ketika individu di hadapi pada tugas-tugas dengan tingkat kesulitan yang berbeda, tingkat *self efficacy* individu akan bervariasi, tergantung pada tingkat kesulitan tugas tersebut. Ini bisa mencakup tugas-tugas yang mudah, menengah, atau bahkan yang paling sulit, sejalan dengan persepsi individu tentang kemampuan mereka untuk memenuhi tuntutan perilaku yang diperlukan di setiap tingkat kesulitan. Dimensi ini juga memiliki dampak pada pemilihan perilaku yang diyakini dapat dilakukan oleh individu dan enghindari perilaku yang dianggap diluar batas kemampuan yang dirasakan.

2) *Kekuatan / strenght*

Dimensi ini mengacu pada kurangnya keyakinan individu terhadap kemampuannya, serta ketekunan individu dalam mengatasi tugas yang di hadapinya. Hal ini juga melibatkan

³¹ Fitri nur utami, Wilson, dan jasper jas, “self efficacy learning equality citizens in sanggar learning activities (SKB) kota pekan baru”, journal jom fkip, vol 6 no 2 (juli-desember 2019).

kepercayaan individu terhadap kemampuannya dalam mengatasi rintangan dan hambatan yang mungkin muncul. Individu yang yakin akan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas, bahkan di tengah-tengah hambatan, cenderung memiliki hambatan yang kuat dan motivasi yang tinggi supaya bisa mencapai tujuan melalui pengalaman.

Pengalaman mempengaruhi peran penting dalam membantu *self efficacy* individu. Pengalaman yang kurang memuaskan atau kurang sukses dapat melemahkan keyakinan individu dalam kemampuannya. Sebaliknya, seseorang yang mempunyai *self efficacy* yang cenderung tinggi bertahan dan tegh dalam menghadapi berbagai hambatan dan rintangan. Peristiwa ini juga terkait erat dengan tingkat kesulitan tugas (level), dimana semakin tinggi tingkat kesulitan tugas, semakin lemah keyakinan individu untuk mengatasinya.

3) Generalisasi / *generality*

Pada dimensi ini berdampak dengan luas bidang tingkah laku yang mana individu merasa yakin atas kepercayaan dirinya. Konsep *self efficacy* yang tidak bisa terbatas pada keadaan dan suasana tertentu saja dan seorang individu merasa mampu untuk menyelesaikan tugas atau masalah yang telah dihadapinya.

Berdasarkan uraian di atas maka konsep *self efficacy* dalam konteks ini meliputi aspek : yang pertama melaksanakan tugas,

yang kedua kekuatan keyakinan, dan yang ketiga mengatasi rintangan dalam luas di bidang tugas.

c. Faktor-faktor *self efficacy*

Tinggi dan rendahnya *self efficacy* seseorang dalam melaksanakan tugas sangat bervariasi karena dipengaruhi oleh cara individu memandang kemampuannya sendiri. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi *self efficacy* seperti :³²

1) Budaya

Nilai dan keyakinan dalam budaya dapat memengaruhi *self efficacy* dengan menjadi sumber penilaian dan konsekuensi dari keyakinan diri individu.

2) Jenis kelamin

Menurut Bandura, perbedaan jenis kelamin juga memiliki dampak pada *self efficacy*. Bandura mengungkapkan bahwa perempuan cenderung memiliki *self efficacy* yang lebih kuat dari pada pria dalam mengelola peran-peran yang mereka jalani. Misalnya, perempuan yang memainkan peran ganda sebagai ibu rumah tangga dan wanita karir cenderung memiliki *self efficacy* yang lebih tinggi dari pada pria.

3) Sifat dari tugas yang dihadapi

Semakin tinggi tingkat kesulitan suatu tugas yang di hadapi seseorang, semakin rendah kemungkinan orang tersebut menilai

³² Lina arifah fitriyah, at al, *menanamkan efikasi diri dan kestabilan emosi*, (Jombang : LPPM unhasy tebuireng jombang, 2019), hlm 10-11

kemampuan diri sendiri. Sebaliknya, jika seseorang di hadapkan pada tugas yang gampang dan sederhana, maka kemungkinan besar orang tersebut akan menilai kemampuan dirinya tinggi.

4) Insentif eksternal

Faktor ini juga menjadi pengaruh *self efficacy* individu melalui insentif, yang dapat berupa penghargaan yang di peroleh oleh orang lain atas keberhasilannya dalam menyelesaikan tugas, insentif ini bisa berupa pujian, materi, atau bentuk penghargaan lainnya. Insentif yang di berikan kepa orang lain dapat mencerminkan keberhasilan seseorang.

5) Status atau peran individu dalam lingkungan

Status sosial memiliki dampak pada *self efficacy* seseorang. *Self efficacy* cenderung tinggi bagi individu dengan status sosial yang tinggi, sementara individu dengan *self efficacy* rendah cenderung memiliki status sosial yang lebih rendah dalam lingkungannya.

6) Informasi tentang kemampuan diri

Seseorang yang menyetujui informasi positif atau membangun tentang dirinya cenderung memiliki *self efficacy* yang lebih tinggi dari pada mereka yang menerima informasi negatif atau merendahkan tentang diri mereka sendiri.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional karena data yang di pergunakan berupa angka. metode Kuantitatif juga bisa dikatakan metode kuno atau tradisional karena Penggunaan teknologinya sudah cukup tua, sehingga didalamnya masih sangat tradisional metode penelitian. Menurut Watson, pendekatan kuantitatif adalah salah satunya Metode penelitian ilmiah berdasarkan filsafat positivis logis (positivisme logis) untuk beroperasi sesuai dengan aturan perusahaan relasional dengan logika, kebenaran dan hukum.

Peneliti menggunakan jenis penelitian korelasional. belajar Korelasi merupakan suatu bentuk penelitian yang berupaya mengidentifikasi hubungan dan upaya dilakukan untuk tidak memanipulasi kekuatan korelasi antara dua variabel atau lebih faktor-faktor ini.³³ Peneliti ini bertujuan untuk mengetahui antara dua variabel yaitu *self efficacy* sebagai variabel bebas dan kecemasan berbicara didepan umum variabel terikat yang mana variabel keduanya harus dipastikan dan diketahui hubungannya dengan memakai penelitian kuantitatif dengan jenis korelasi.

³³ Surya dharma, *pendekatan, jenis, dan metode penelitian pendidikan*, hlm 16

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi diartikan sebagai daerah yang digenerasikan yang terdapat dari objek atau subjek yang mempunyai kuantitas, kualitas dan sifat tertentu sesuai dengan apa yang diterapkan oleh peneliti yang dipakai untuk menganalisis data dan membuat interpretasi, yang akhirnya mengarah pada pembuatan kesimpulan dalam penelitian.³⁴ Adapun karakteristik populasi dalam penelitian ini adalah : siswa reguler SMK inklusi TPA Jember yang berjumlah 58 siswa, 8 siswa anak berkebutuhan khusus dan 50 siswa reguler, disini peneliti ingin meneliti siswa reguler saja karena disini peneliti ingin menfokuskan penelitian ini dengan siswa reguler.

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian kecil objek atau subjek yang termasuk dalam populasi penelitian. Susilana menjelaskan bahwa sampel merupakan sebagian dari keseluruhan objek yang di selidiki dan di anggap mampu mewakili seluruh populasi.³⁵ Dalam situasi dimana populasi besar dan peneliti tidak dapat mengakses semua individu dalam populasi tersebut, seperti keterbatasan waktu, peneliti tapad menggunakan sampel yang merupakan subset populasi yang sudah ada. Oleh karna itu, penting bahwa sampel yang di ambil dari populasi harus benar-benar mewakili populasi secara keseluruhan.

³⁴ Muhammad darwin, et al, *metode penelitian pendekatan kuantitatif*, (Bandung : melong asih regency B40-cijerah kota bandung-jawa barat, 2021) hlm 104

³⁵ Muhammad derwin, et al, hlm 106.

Teknik ini mengambil sampel berupa *total sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang di gunakan oleh peneliti dalam teknik pengambilan sampel. *total sampling* digunakan apabila anggota unsur populasi tidak sama dan tersebar secara proporsional. Karena populasi siswa di sekolah terdiri dari siswa berkebutuhan khusus (ABK) dan siswa reguler , maka peneliti memilih teknik *total sampling*, jadi peneliti mengampil sampel sebanyak 31 siswa yang terdiri dari kelas X, dan kelas, dikarenakan kelas XII sudah lulus jadi peneliti tidak bisa meneliti siswa kelas XII.

jadi karena siswa reguler yang cenderung mempunyai kecemasan berbicara di depan umum. Peneliti memiliki teknik ini karena ingin memberikan kesempatan yang adil kepada setiap kelas dalam populasi keseluruhan untuk menjadi sampel penelitian yang dipilih.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan peneliti, peneliti memiliki kreteria sebagai berikut : pertama, siswa yang di ambil adalah siswa reguler. Kedua, siswa yang mengalami kecemasan yang berlebihan. Dan yang terakhir, siswa yang kurang percaya diri

C. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Pengumpulan data ini menggunakan tahap yang sangat penting dalam penelitian karena digunakan untuk menghimpun informasi terkait suatu masalah menggunakan berbagai alat yang telah tersedia.³⁶

Untuk memperoleh data dalam studi ini, peneliti menerapkan metode pengumpulan data sebagai berikut :

1. Observasi

Observasi yaitu cara pengumpulan data yang memiliki karakteristik yang lebih khusus dibandingkan dengan metode lainnya. Observasi bertujuan untuk mengumpulkan data melalui pengamatan atau penglihatan secara langsung pada saat kegiatan sedang berlangsung. Kartini kartono berpendapat observasi yaitu suatu pengamatan dan dokumentasi yang disengaja dan metodis dari suatu peristiwa sosial atau fenomena alam.³⁷

Teknik observasi digunakan sebagai acuan guna mengetahui data awal yang berhubungan dengan *self efficacy* dengan kecemasan berbicara didepan umum pada siswa SMK inklusi TPA Jember.

2. Dokumentasi

Penggunaan dokumentasi adalah salah satu cara untuk mendapatkan beberapa data baik seperti bukti, arsip, gambar, dokumen agar dipergunakan untuk pendukung.

³⁶ Sugiyono, Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R&D, (Bandung : Alfabeta,2020) hlm 224.

³⁷ Ajat rukajat, *Pendekatan penelitian kuantitatif*, (Yogyakarta : Grup penerbit CV budi utama, 2018) hlm 93-94.

Peneliti menggunakan dokumentasi dengan bermaksud untuk dapat mengumpulkan bukti-bukti berupa dokumen yang dapat dipakai menjadi data pendukung dalam penelitian. Peneliti juga akan mencantumkan foto-foto pada saat proses penelitian apabila diperlukan sebagai data pendukung.

3. Kuisisioner/angket

Kuisisioner yaitu sebuah metode pengumpulan data di mana subjek penelitian di berikan serangkaian pernyataan atau pernyataan tertulis untuk di jawab. Penggunaan kuisisioner menjadi sangat efektif jika peneliti memiliki apresiasi yang jelas tentang variabel yang akan diukur dan memahami harapan responden, teknik ini juga cocok digunakan pada pertanyaan dengan penyebaran kepada responden melalui penyebaran di internet.³⁸

Dalam penelitian ini angket atau kuisisioner akan berikan dan di sebarakan kepada sampel atau siswa reguler SMK inklusi TPA Jember. Peneliti menggunakan kuisisioner yang berupa skala angket. Penyebaran angket ini akan disebarakan pada seluruh siswa reguler SMK inklusi TPA Jember. Alata ukur yang digunakan untuk mengetahui suatu sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau gerombolan mengenai suatu denomena yang ada dalam sekala liket. Bentuk pilihan yang dipakai responden dalam skala ini terdiri dari 5 pilihan yaitu : Sangat setuju (SS), setuju (S), Kurang setuju (KS), Tidak setuju (TS), Sangat tidak

³⁸ Sugiyono, hlm 142

setuju (STS). Seperti yang dijelaskan sebelumnya, tanggapan dari responden menunjukkan variasi skor sebagai berikut :

Tabel 3.1
Skor skala likert

No	Pertanyaan / pernyataan	Favorable	Unfavorable
1.	Sangat Setuju (SS)	5	1
2.	Setuju (S)	4	2
3.	Kurang Setuju (KS)	3	3
4.	Tidak Setuju (TS)	2	4
5.	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

a. Skala *Self-efficacy*

Para peneliti memakai skala supaya dapat mengukur *self-efficacy* berdasarkan pada tiga karakteristik yang diberikan oleh bandura : magnitude/level, strenght, dan generality.

Tabel 3.2
Blue print self efficacy

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	Level / magnitude	Merasa mampu untuk menyelesaikan tugas yang diberi dengan baik	1,4	2,3	4
		Punya keyakinan bahwa dirinya dapat mencapai hasil yang di inginkan dari tugas-tugas yang dikerjakan.	5	6	2
		Kemampuan untuk bangkit dan bertahan dalam melaksanakan tugas	7	8	2
2.	Kekuatan (<i>Strenght</i>)	Besarnya usaha yang dilakukan	-	9	1

		Pantang menyerah	10	11	2
		Mampu menghadapi rintangan	12	13,14	3
3.	Generalisasi (<i>Generality</i>)	Individu merasa yakin atas kemampuannya	15	16,17	3
		Mampu menyelesaikan tugas atau masalah yang dihadapi	18	19	2
Total			8	11	19

b. Skala kecemasan berbicara di depan umum

Dalam skala kecemasan berbicara di depan umum, skala yang akan di pakai peneliti berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh freud, yang ada tiga aspek yaitu : kecemasan neurosis, kecemasan realitas, dan kecemasan moral.

Tabel 3.3
Blue print kecemasan berbicara di depan umum

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	Kecemasan realitas	Cemas yang berlebihan	1,2	3,4	4
		Merasa panik dan khawatir akan datang bahaya	5,6	7,8	4
2.	Kecemasan naurosis	Suasana hati yang tidak tenang seperti halnya Gemetar, gelisah dan mudah menangis	11,12	9,10	4
		Ketakutan ketika akan diberi hukumam	13	-	1
3.	Kecemasan moral	Individu merasa bersalah apabila berbuat suatu kesalahan yang moral	14	15,16	3

	Rasa malu yang berlebihan	19	17,18	3
	Merasa terkekan hingga lari dari kenyataan	-	20	1
Total		9	11	20

Semua item yang suda disetujui oleh dosen pembimbing kemudian disebarakan kepada siswa SMK Inklusi TPA Jember. Hal ini diperlukan untuk melaksanakan uji validitas dan uji reabilitas

a. Uji validitas

Uji validitas mempunyai bertujuan sebagai pengukur tingkat kevalidan didalam kuisisioner. Dalam uji validitas, setiap pernyataan diukur dengan cara membandingkan jumlah tanggapan untuk setiap pernyataan dengan jumlah total tanggapan dari semua pernyataan yang digunakan dalam variabel penelitian. Ciri-ciri pengujian validitas meliputi :

- 1.) Jika nilai koefisien korelasi r hitung $>$ r tabel, maka instrumen penelitian bisa anggap valid
- 2.) Jika nilai koefisien korelasi r hitung $<$ r tabel, maka instrumen penelitian dianggap tidak valid.

Untuk melihat r hitung bisa dengan menggunakan SPSS sedangkan untuk melihat r tabel bisa melihat pada tabel berdistribusi yang nilai signifikasinya 0,05.³⁹ Penelitian

³⁹ Budi darma, statistika penelitian menggunakan SPSS, (DKI Jakarta : guepedia,2021)

menggunakan uji validitas dengan memakai rumus korelasi

Product moment person:

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x) (\sum y)}{\sqrt{\{n \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{n \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Penjelasan :

Rxy = Koefisien korelasi

N = Jumlah subjek

Xy = Jumlah perkalian skor item dengan jumlah total

X = Jumlah skor pernyataan item

Y = Jumlah skor total

Hasil uji validitas *self efficacy* dan kecemasan berbicara di sepan umum menggunakan aplikasi SPSS 26.0 *for windows* menghasilkan bahwa seluruh aitem pernyataan valid atau tidak valid. Item bisa dikatakan valid jika menunjukkan hasil r hitung r tabel. Jumlah responden pada penelitian ini terdiri dari 31

orang (N), $\alpha = 5\%$ maka r tabel nya yaitu 0,3440. Uji validitas dihasilkan dari tabel sebagai berikut :

Tabel 3.4
Hasil uji validitas *self efficacy*

Item	R hitung	R tabel	sig	keterangan
X1	0,569	0,3550	0,05	VALID
X2	0,706	0,3550	0,05	VALID
X3	0,597	0,3550	0,05	VALID
X4	0,533	0,3550	0,05	VALID
X5	0,485	0,3550	0,05	VALID
X6	0,673	0,3550	0,05	VALID
X7	0,494	0,3550	0,05	VALID
X8	0,703	0,3550	0,05	VALID
X9	0,710	0,3550	0,05	VALID

X10	0,488	0,3550	0,05	VALID
X11	0,478	0,3550	0,05	VALID
X12	0,409	0,3550	0,05	VALID
X13	0,698	0,3550	0,05	VALID
X14	0,535	0,3550	0,05	VALID
X15	0,686	0,3550	0,05	VALID
X16	0,733	0,3550	0,05	VALID
X17	0,791	0,3550	0,05	VALID
X18	0,624	0,3550	0,05	VALID
X19	0,761	0,3550	0,05	VALID

Tabel 3.5

Hasil uji validitas kecemasan berbicara didepan umum

Item	R hitung	R tabel	sig	keterangan
Y1	0,666	0,3550	0,05	VALID
Y2	0,428	0,3550	0,05	VALID
Y3	0,695	0,3550	0,05	VALID
Y4	0,777	0,3550	0,05	VALID
Y5	0,512	0,3550	0,05	VALID
Y6	0,535	0,3550	0,05	VALID
Y7	0,729	0,3550	0,05	VALID
Y8	0,501	0,3550	0,05	VALID
Y9	0,582	0,3550	0,05	VALID
Y10	0,706	0,3550	0,05	VALID
Y11	0,529	0,3550	0,05	VALID
Y12	0,667	0,3550	0,05	VALID
Y13	0,505	0,3550	0,05	VALID
Y14	0,501	0,3550	0,05	VALID
Y15	0,455	0,3550	0,05	VALID
Y16	0,675	0,3550	0,05	VALID
Y17	0,690	0,3550	0,05	VALID
Y18	0,785	0,3550	0,05	VALID
Y19	0,539	0,3550	0,05	VALID
Y20	0,446	0,3550	0,05	VALID

Sumber diperoleh dari *SPSS 26.0 for windows*

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah tingkat konsisten, keandalan, dan dapat di ulangnya hasil tes. Ketika pengukuran dilakukan terhadap objek yang

mirip namun diukur pada waktu yang berlainan, alat pengukuran yang dapat diandalkan akan menyerahkan hasil yang tetap konsisten. Alat ukur yang tepat akan menghasilkan skor yang stabil.⁴⁰ Pengujian reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan perangkat lunak, yaitu aplikasi SPSS 26.0 *for windows*. Dasar untuk mengambil keputusan dalam pengujian reliabilitas adalah :

- 1) Nilai Cronbach's Alpha > 0.60 menunjukkan bahwa angket atau koesioner penelitian dianggap konsisten.
- 2) Nilai Cronbach's Alpha < 0.60 menunjukkan bahwa angket atau koesioner penelitian dianggap tidak konsisten.

Berikut akan dideskripsikan hasil dari uji reliabilitas variabel *self efficacy* dan variabel kecemasan berbicara di depan umum

Tabel 3.6

Hasil uji reliabilitas variabel *self efficacy*

Reliability statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.907	19

Uji reliabilitas dalam variabel *self efficacy* mendapatkan hasil dengan nilai skor *cronbach alpha* yang terdiri dari 19 butir item pernyataan menghasilkan 0,907 yang mana $0,907 > 0,60$ hal ini menunjukkan bahwasannya penelitian ini bersifat reliabel atau bisa diterima.

⁴⁰ Edy purwanto, "Metode penelitian kuantitatif" (yogyakarta : pustaka pelajar, 2016),

Tabel 3.7
Hasil uji reliabilitas variabel kecemasan berbicara didepan umum

Reliability statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.904	20

Hasil uji reliabilitas dalam variabel penerimaan diri ini mendapatkan nilai skor *cronbach alpha* yang terdiri dari 20 butir item pernyataan menggunakan 0,904 yang mana $0,904 > 0,60$ hal ini menunjukkan bahwasannya penelitian ini bersifat reliabel atau bisa diterima.

D. Analisis Data

Setelah mengumpulkan semua informasi dari responden, Selanjutnya adalah analisis data. Pengumpulan didasarkan pada data variabel dan seluruh responden memberikan informasi pada setiap variabel yang dianalisis dan Perhitungan dilakukan untuk menguji setiap hipotesis yang diajukan adalah semua tahapan proses analisis data. Metode analisis data yang dipakai dalam penelitian ini adalah analisis statistik dengan menggunakan uji koefisien korelasi *product moment*.⁴¹ Sugiyono menjelaskan bahwa uji koefisien *korelasi product moment* digunakan untuk melihat hubungan *self efficacy* dengan kecemasan berbicara didepan umum. Metode ini dipilih karena tujuan penelitian adalah untuk menguji hubungan antara *self efficacy* (variabel X) dan kecemasan berbicara

⁴¹ Sugiyono, hlm 206

(variabel Y). Analisis product moment dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi SPSS version 26 *for windw*.

1. Uji normalitas

Salah satu aspek analisis statistik parametrik ialah harus mempunyai data yang informasinya terdistribusi secara normal. Untuk membuktikan data-data bersifat terdistribusi normal atau tidak harus diuji ke data biasa. Langkah-langkah untuk mengetahui apa ada data yang mengalir dari populasi yang terdistribusi normal atau dalam Uji normalitas bertujuan agar berdistribusi normal. Normalitas penyebaran informasi adalah nilai default yang di pakai untuk menentukan tipe statistik yang di pakai dalam analisis berikut.⁴² Dalam penelitian ini uji *kolmogorov-smirnov* digunakan menjadi uji normalitas dengan bantuan aplikasi SPSS 26.0 *For windows*. Jika nilai signifikasi $> 0,05$ maka data dianggap berdistribusi normal. Berbeda dengan, jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka data di anggap tidak berdistribusi normal.

2. Uji Linieritas

Uji linearitas merupakan pengujian mengevaluasi apakah terdapat hubungan linier antara variabel bebas dengan variabel terikat, atau menguji terhadap data yang dianalisis linier atau tidak. Uji linier, jika signifikansinya lebih besar dari ($p > 0,05$) bahwa hasil pengujiannya linier, namun jika signifikansinya lebih kecil dari ($p \leq 0,05$) maka hasil pengujiannya non linier. Pada penelitian ini Anova

⁴² Nuryadi DKK, *Dasar-dasar statistika penelitian*, (Yogyakarta : SIBUKU MRDIA, 2017), hlm 80.

digunakan sebagai uji linieritas pada uji Lincarity SPSS 26.0 *for Windows*.

3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis menggunakan uji korelasi *product moment pearson*. Cara mengetahui korelasi ini bertujuan untuk menguji hipotesis mempunyai hubungan antara satu variabel terikat dan satu variabel bebas (Independen). Metode korelasi ini membutuhkan sampel yang mempunyai dua variabel (*bivariat*) dan berdistribusi secara moral. Teknik korelasi ini digunakan mis penerapan sebagai alat pengukuran korelasi dan penggunaan data pengukuran skala rasio atau interval. Untuk memahami apakah hasilnya signifikan atau tidak Koefisien korelasinya harus melihat perbandingan tabel r-product moment pada tingkat signifikansi 0,05 (tingkat kepercayaan 95%). Aturan tes Artinya dapat dilihat: jika r hitung diperoleh dari tabel $\geq r$, yaitu. artinya menolak H_0 agar mempunyai hubungan yang signifikan dan pada saat menghitung r dari r-tabel artinya menerima H_0 , jadi tidak ada hubungan penting.

BAB IV

PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

A. Gambaran Obyek Penelitian

Objek penelitian dalam penelitian ini, peneliti menggunakan sampel total, yang berarti mereka mengumpulkan data dari seluruh populasi yang tersedia, yaitu semua siswa reguler SMK Inklusi TPA Jember. Dalam hal ini, populasi atau obyek penelitian dalahan semua siswa yang merupakan bagian dari siswa SMK inklusi TPA Jember. Dengan menggunakan sampel total, peneliti mencakup seluruh populasi atau obyek penelitian yang relevan, sehingga data yang diperoleh mencerminkan kondisi atau karakteristik dari seluruh populasi tersebut. Dalam konteks ini, peneliti melibatkan kelas X dan XI yang berjumlah 31 siswa di SMK Inklusi TPA Jember.

1. Sejarah Singkat SMK inklusi TPA Jember

SMK inklusi TPA Jember berlokasi di Jl. Branjangan No. 01 Dusun bintoro, Kecamatan Patrang, Kabupaten Jember. Meskipun lokasinya kurang strategis karena minimnya transpor umum, sehingga sebagian siswa harus berjalan kaki atau menggunakan kendaraan pribadi.

SMK Inklusi TPA Jember merupakan sekolah yang menyenggarakan sistem pendidikan inklusif, yang memungkinkan anak berkebutuhan khusus (ABK) untuk belajar bersama dengan siswa umum. Ini dilatarbelakangi oleh fakta bahwa banyak siswa sekolah

reguler belum siap atau tidak mau menerima ABK, sehingga kesempatan pendidikan bagi mereka menjadi terbatas. Dengan keberania, SMK Inklusi TPA Jember berdiri untuk memberikan pelayanan yang baik dan peluang yang setara bagi anak berkebutuhan khusus (ABK).

2. Profil singkat lembaga

Nama sekolah : SMK Inklusi TPA Jember

NPSN : 20564050

Status sekolah : Swasta

Sk izin operasi : 348/18.05/02/VII/2022

Tanggal SK : 2022-08-15

Alamat : Jl. Branjangan No.01 Bintoro

Desa/Kelurahan : Bintoro

Kecamatan : patrang

Kabupaten/kota : Jember

Provinsi : Jawa timur

Email : smkinklusiember@gmail.com

Website : <http://www.smkinklusiempatember-jmr.sch-idnet>

3. Visi dan Misi

a. Visi SMK inklusi TPA Jember

Menciptakan siswa yang menghargai keragaman dan perbedaan, baik dalam aspek keagamaan, kebangsaan, maupun multimedia, dan memiliki prestasi yang baik.

b. Misi SMK inklusi TPA Jember

- 1) Mengajarkan peserta didik berdarkan ketakwaan kepada Tuhan yang maha Esa.
- 2) Membangkitkan rasa nasionalisme pada peserta didik.
- 3) Menggunakan teknologi informasi dan komunikasi dalam melaksanakan pendidikan dan pelatihan berbasis digital.
- 4) Mencetak lulusan yang kompeten di dunia usaha dan industri.
- 5) Memberikan layanan terbaik kepada anak berkebutuhan khusus (ABK) dalam pengembangan diri.
- 6) Mengoptimalkan prestasi peserta didik sesuai dengan minat, bakat, dan kompetensi mereka.⁴³

B. Penyajian Data

Penyajian data merupakan intisari yang didapatkan melalui variabel-variabel yang ditampilkan secara ringkas dan bermakna ketika disajikan sebagai tabel data, angka statistik, tabel, dan grafik. Masing-masing variabel berkaitan dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian.⁴⁴

Berdasarkan data yang telah dikumpulkan, hasil yang di peroleh berasal dari penyebaran angket penelitian kepada semua responden, yaitu siswa reguler SMK Inklusi TPA Jember. Responden penelitian terdiri dari 31 orang, dengan 15 pria dan 16 wanita.

⁴³ Irma Sutantiati, diwawancarai oleh Penulis, Jember 29 April

⁴⁴ Tim penyusun, pedoman karya ilmiah, (Jember: UIN KHAS Jember,2022),83.

1. Deskriptif Statistik

Deskriptif statistik diperlukan supaya bisa melihat data variabel berdasarkan nilai terendah (minimum), skor tertinggi (maximum), skor rata-rata (mean), dan standar deviasi. Hasil uji deskriptif statistik dapat dilakukan melalui tabel berikut :

Tabel 4.1
Descriptive statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std.Deviation
<i>Self efficacy</i>	31	50.00	92.00	65.48	9.18250
Kecemasan berbicara di depan umum	31	37.00	87.00	61.94	10.402
Valid N (listwise)	31				

Sumber data : SPSS 26.0 for windows

Mengacu pada tabel di atas, statistik deskriptif mendapatkan hasil dari variabel *self efficacy* memiliki skor minimal 50 dan skor maksimal 92. Dan variabel kecemasan berbicara di depan umum memiliki skor minimal 37 dan skor maksimal 87. *Self efficacy* memiliki skor rata-rata 65.48 dan untuk kecemasan berbicara di depan umum memiliki skor rata-rata 61.94. standar deviasi pada *Self efficacy* memiliki nilai 9.18250 sedangkan kecemasan berbicara di depan umum memiliki nilai standar deviasi sebesar 10.402.

2. Deskripsi Kategorisasi Data

Setelah perhitungan *mean* dilakukan, nilai dan skor standar deviasi setiap variabel, kemudian nilai tersebut di pakai untuk menentukan

seberapa rendah, sedang, atau tinggi nilai tingkat dari setiap responden terhadap variabel. Peneliti menggunakan rumus sebagai pedoman untuk menentukan kategori data. Rumus-rumus ini dirangkum kedalam bentuk tabel berikut :

Tabel 4.2
Rumus pedoman kategori data variabel

Rumus	Kategori
$X < M - 1SD$	Rendah
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	Sedang
$M + 1SD > X$	Tinggi

Penjelasan :

$M = \text{mean}$

$SD = \text{Standar deviasi}$

1) Kategorisasi *Self efficacy*

Tabel 4.3
Hasil uji katagorisasi self efficacy

		Frequency	Percent	Valid percent	Cummulative percent
Valid	Rendah	14	45,2	45,2	45,2
	Sedang	16	51,6	51,6	96,8
	Tinggi	1	3,2	3,2	100,0
	Total	31	100,0	100,0	

Sumber : diperoleh dari *SPSS 26.0 for windows*

Pada nilai dari kategorisasi data, maka dapat dilihat bahwa ada 14 orang yang memiliki tingkat *Self efficacy* yang rendah dengan presentase 45,2% dan 16 orang yang berada pada nilai *self efficacy* sedang dengan presentase 51,6% serta terdapat 1 orang dengan presentase 3,2% yang memiliki *self efficacy* yang tinggi.

2) Kategorisasi kecemasan berbicara di depan umum

Tabel 4.4
Hasil uji katagorisasi kecemasan berbicara di depan umum

		Frequency	Percent	Valid percent	Cummulative percent
Valid	Rendah	4	12,9	12,9	12,9
	Sedang	20	64,5	64,5	77,4
	Tinggi	7	22,6	22,6	100,0
	Total	31	100,0	100,0	

Sumber : diperoleh dari *SPSS 26.0 for windows*

Berdasarkan pengelompokan dalam tabel tersebut, terlihat bahwa ada 4 responden dengan kecemasan berbicara di depan umum yang rendah, atau sekitar 12,9% dan 20 responden dengan tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang setara dengan 64,5% dari total responden. Selain itu, terdapat 7 responden yang mempunyai tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang tinggi, mencapai dengan presentase 22,6% dari total responden.

C. Analisis data pengujian hipotesis

1. Uji Normalitas

Untuk menilai apakah hasil penelitian ini terdistribusi secara normal atau tidak, diperlukan uji normalitas. Pengujian uji normalitas ini menggunakan metode uji *kolmogorov-Smirnov* yang pada dasar dari dugaan jika data pada penelitian terdapat nilai signifikansi (Sig) > 0,05 maka data tersebut terdistribusi normal, namun jika mempunyai nilai (Sig) < 0,05 itu artinya, data penelitian dianggap tidak terdistribusi normal. Hasil uji tes *kolmogorov-Smirnov* untuk penelitian ini dapat dilihat dalam tabel berikut.

Tabel 4.5
Pedoman uji normalitas

Nilai Sig	Keterangan
>0,05	Terdistribusi normal
<0,05	Terdistribusi tidak normal

Tabel 4.6
Hasil uji normalitas

		Unstandardized Residual
N		31
Normal parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	9.47155753
Monst extreme differences	Absolute	.100
	Positiv	.100
	Negatif	-.079
Tesr Statistic		.100
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

Sumber di peroleh dari : *SPSS 26.0 for windows*

Mengacu pada hasil uji normalitas di atas, maka disimpulkan bahwa sannya *self efficacy* dan kecemasan berbicara di depan umum nilai residu yang berdistribusi normal bahwa nilai signifikasinya adalah

0,200 > 0,05

2. Uji Linieritas

Proses perhitungan yang di gunakan dapat menentukan apakah variabel peneliti memiliki hubungan linear atau tidak adalah dengan memeriksa linearitas. Dengan hal ini, variabel yang di perikas adalah *self-efficacy* dan variabel kecemasan berbicara di depan umum. Dalam penelitian ini, dalam perhitungan uji linearitas dilakukan menggunakan *anova* dengan aplikasi *SPSS 26.0 for windows*. Untuk memahami

apakah data terdistribusi secara normal atau tidak, dapat di lihat dari pedoman uji linearitas menggunakan *anova* :

Tabel 4.7
Pedoman uji linieritas

Nilai Sig	Keterangan
>0,05	Berdistribusi linier
<0,05	Tidak berdistribusi linier

Berikut adalah hasil perhitungan data berdasarkan uji inieritas :

Tabel 4.8
Hasil uji linieritas
ANOVA Tabel

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
KB * SE	Between Groups	(Combined)	2528.121	22	114.915	1.281	.376
		Linearity	904.920	1	904.920	10.086	.013
		Deviation from Linearity	1623.201	21	77.295	.862	.633
	Within Groups		717.750	8	89.719		
Total			3245.871	30			

Sumber diperoleh dari : *SPSS 26.0 for windows*

Berdasarkan hasil uji linieritas di atas, maka data dalam penelitian *self efficacy* dan kecemasan berbicara di depan umum dengan melihat nilai *deviation from linearity* 0,633 (sig.>0,05) maka bisa di nyatakan *self-efficacy* dan kecemasan berbicara di depan umum terdapat hubungan yang linier.

3. Uji Hipotesis

Setelah tingkatan uji normalitas dan uji linearitas dilakukan dan hasil menunjukkan bahwa kedua uji asumsu di terima, ini

menunjukkan bahwa data dalam penelitian ini bersifat parametrik. Oleh karena itu, uji hipotesis yang di gunakan dalam penelitian ini adalah *product moment pearson* dengan pertolongan dari aplikasi *SPSS 26.0 for window*. Tujuan dari korelasi *product moment pearson* dalam penelitian ini adalah untuk memahami apakah terdapat hubungan antara variabel-variabel penelitian.

Maksud dari suatu pengukuran uji analisis korelasi *product moment pearson*, ada persyaratan yang harus di penuhi yaitu, data yang diperoleh untuk setiap variabel penelitian harus bersekala rasio atau interval, data harus terdistribusi secara normal, dan dapat hubungan linear antara variabel. Dalam menangkap keputusan pada *product moment pearson* dianggap korelasi apabila nilai (Sig) , 0,05 itu artinya di antara variabel *sel efficacy* dan variabel kecemasan berbicara di depan umum ada korelasi. Menurut dengan hal tersebut, hipotesis yang diajukan dalam sebuah penelitian adalah sebagai berikut :

(Ha) : Ada hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMK Inklusi TPA Jember

(Ho) : Tidak terdapat adanya hubungan antara *self-efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMK Inklusi TPA Jember.

Uraian hasil mengenai uji hipotesis bisa dilihat pada tabel berikut

TABEL 4.9
Hasil Uji Hipotesis

Correlations			
		<i>Self efficacy</i>	Kecemasan berbicara didepan umum
<i>Self efficacy</i>	Pearson Correlation	1	.514**
	Sig. (2-tailed)		.003
	N	31	31
Kecemasan berbicara didepan umum	Pearson Correlation	.514**	1
	Sig. (2-tailed)	.003	
	N	31	31

Sumber diperoleh dari *SPSS 26.0 for windows*

Berdasarkan hasil uji hipotesis pada tabel di atas, dapat dipaparkan bahwa ditemukan hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum. Nilai signifikansi yang di peroleh adalah $0,003 < 0,05$ hal ini menunjukkan adanya hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMK Inklusi TPA Jember. Oleh karena itu, hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis (H_o) di tolak.

Tabel 4.10
Pedoman interpretasi koefisien korelasi

Interval koefisien	Tingkat hubungan
0,00 – 0,19	Sangat rendah
0,20 – 0,39	Rendah
0,40 – 0,59	Sedang
0,60 – 0,79	Kuat
0,80 – 1,00	Sangat kuat

Tabel ini membuktikan bahwa terdapat korelasi moderat antara *self efficacy* dan kecemasan berbicara didepan umum. Nilai korelasi pearson

yang diperoleh adalah 0,514 yang berada dalam rentang (0,400 - 0,599). Yang termasuk katagori sedang berdasarkan panduan tabel tingkat korelasi. Dengan demikian, dapat di simpulkan *self-efficacy* dan kecemasan berbicara di depan umum mempunyai hubungan dengan tingkat sedang.

D. Pembahasan

Penelitian yang dilakukan di SMK Inklusi TPA Jember. Peneliti ini berfokus pada *self efficacy* dan kecemasan berbicara di depan umum yang mempunyai siswa dengan keterbatasan. Populasi yang dijadikan objek didalam penelitian yaitu semua siswa yang bersekolah di SMK Inklusi TPA Jember. Jumlah populasi secara keseluruhan berjumlah 58 siswa, dan 8 siswa ABK, sehingga peneliti memakai teknik *sampling total* yaitu populasi dijadikan sampel semua karena kurang dari 100 orang.

Peneliti mempunyai tujuan untuk memahamii keterkaitan antara *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa reguler SMK Inklusi TPA Jember. Pembahasan hasilnya akan dijelaskan dan akan dibahas seperti ini :

Sehubungan dengan nilai signifikasi antara *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum hasil yang di dapatkan peneliti adalah 0,003. Jika nilai yang di capai adalah $0,003 < 0,05$ itu artinya nilai tersebut signifikasi bahwa nilai yang di terima adalah $< 0,005$ sehingga antara *self efficacy* dalam kecemasan berbicara didepan umum terdapat ada hubungan. Pada uji *korelasi product moment person* mempunyai hasil

yang jumlah koefisien variabel *self efficacy* dan kecemasan berbicara didepan umum yang di peroleh adalah 0,528 dengan demikian, antara variabel *self efficacy* dan variabel kecemasan berbicara terdapat adanya hubungan yang sedang.

Sesuai pada data analisis yang telah dilakukan maka diketahui bahwa rata-rata *self efficacy* dan kecemasan berbicara di depan umum berada pada tingkat sedang. Mengacu pada tabel 4.3 diketahui setiap siswa memiliki *self efficacy* yang berbeda, diketahui bahwasannya pada variabel *self efficacy* terdapat bahwa sebesar 45,2% atau sebanyak 14 siswa SMK Inklusi TPA Jember yang menduduki tingkat *self efficacy* yang rendah, sejumlah 96,8% atau sebanyak 16 siswa menduduki katagori *self efficacy* yang sedang, dan sebesar 100,0% atau sebanyak 1 siswa memiliki tingkat *self efficacy* tinggi. Sesuai dengan temuan data bisa paparkan bahwa separuh besar dari siswa SMK Inklusi TPA Jember memiliki *self efficacy* yang sedang.

Self efficacy juga sangat berpengaruh dengan kecemasan berbicara di depan umum. Dilihat dari tabel 4.4 bahwasannya siswa memiliki tingkat kecemasan berbicara didepan umum yang berbeda-beda. Diketahui bahwasannya pada variabel kecemasan berbicara di depan umum terdapat bahwa sebesar 12,9% atau sebanyak 4 siswa SMK inklusi TPA Jember yang menduduki tingkat kecemasan rendah, sejumlah 77,4% atau sebanyak 20 siswa menduduki katagori kecemasan berbicara didepan umum yang sedang, dan sebesar 100,0% atau sebanyak 7 siswa. Mengacu

pada seberapa tinggi kecemasan berbicara di depan umum, dapat di mengerti bahwa setiap siswa mempunyai tingkat kecemasan yang berbeda. Peristiwa ini terjadi karena terdapat beberapa faktor yang berpengaruh, salah satunya ialah *self efficacy*.

Self efficacy mengaju pada keyakinan seseorang dalam mengelolah dan melakukan tindakan yang di perlukan untuk menghadapi situasi yang akan di hadapi. *Self efficacy* merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas yang ada. Dan demi kian semakin tinggi *self efficacy* dalam diri seseorang, semakin tinggi pula keyakinannya untuk meraih keberhasilan. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *self efficacy* dalam diri individu, seperti gender, Perbedaan *gender* dapat mempengaruhi *self efficacy* seseorang. Menurut Banduran, perempuan cenderung memiliki *self efficacy* yang lebih baik di bandingkan pria dalam pengelolaan peran.⁴⁵

Faktor lainnya yang mempengaruhi *self efficacy* adalah sifat tugas. Kompleksitas dalam tingkat kesulitan tugas yang di miliki individu juga berpengaruh pada penilaian mereka terhadap kepercayaan diri. Semakin kompleks tugas yang di miliki, semakin rendah seorang cenderung menilai kemampuannya. Selain itu, insentif juga berperan penting. Insentif, seperti pujian, materi, atau bentuk penghargaan lainnya, dapat menjadi refleksi atas keberhasilan yang dicapai seseorang.

⁴⁵ Lina arifah fitriyah, hal 10

Hasil dari penelitian juga memacu pada beberapa hasil penelitian sebelumnya seperti halnya yang pernah dilakukan Linda maistika dan Heru astikasari setya murti tentang Hubungan *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa-siswi SMA Kecamatan gabus Kabupaten Groboga Jawa Tengah.⁴⁶ Peneliti lain yang mengenai hubungan antara *self-efficacy* dan kecemasan berbicara di depan umum dilakukan oleh Winda septa riani dan Yuli azmi rozali. Studi ini membahas keterkaitan antara *self-efficacy* dengan kecemasan saat menghadapi prestasi pada mahasiswa Universitas Esa Unggul. Berdasarkan dari kedua penelitian tersebut menjelaskan bahwasannya antara *self efficacy* dengan kecemasan berbicara saling berhubungan dan terdapat hubungan negatif yang signifikan.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

⁴⁶ Linda maistika dan heru astikasari setya murti, "Hubungan *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa-siswi SMA kecamatan gabus kabupaten grobogan jawa tengah" journal ilmiah ilmu pendidikan, vol 6 no 10, oktober 2023.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa variabel *self efficacy* dan variabel kecemasan berbicara di depan umum mempunyai nilai signifikansi sebesar $0,002 < 0,05$. Sehingga dalam artian bahwa *self efficacy* memiliki hubungan dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMK Inklusi TPA Jember. Jika merujuk pada *pearson correlation* menandakan bahwa hubungan *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum memiliki hubungan yang “sedang” dengan nilai sebesar 0,514. Hal tersebut mencerminkan bahwa siswa dengan tingkat *self efficacy* yang berbeda menunjukkan perbedaan dalam tingkat kecemasan berbicara di depan umum mereka. Secara spesifik, siswa dengan *self efficacy* rendah cenderung memiliki kecemasan rendah, sedangkan siswa dengan *self efficacy* sedang atau tinggi cenderung memiliki kecemasan berbicara di depan umum yang sesuai dengan tingkat *self efficacy* mereka.

Berdasarkan kategorisasi kedua variabel tersebut diketahui bahwa siswa dengan *self efficacy* rendah cenderung mengalami kecemasan berbicara di depan umum, siswa dengan *self efficacy* sedang akan menunjukkan tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang sedang. Sedangkan siswa dengan *self efficacy* tinggi akan memiliki tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang tinggi. Dengan demikian, hipotesis H_a diterima dan H_o ditolak.

B. Saran

Sesuai dengan penelitian yang sudah dilakukan, peneliti memberikan rekomendasi sebaga berikut :

1. Bagi SMK inklusi TPA Jember

Diharapkan bagi lembaga dengan adanya penelitian ini semoga bisa lebih bisa meningkatkan tingkat *self efficacy* agar kecemasan berbicara siswa semakin berkurang

2. Bagi siswa

Siswa yang merasa cemas ketika berbicara di depan umum disarankan untuk meningkatkan rasa percaya diri dan menghargai kemampuan dirinya dengan yakin terhadap keterampilan komunikasi. Hal ini adalah untuk mengurangi tingkat kecemasan saat menghadapi situasi berbicara di depan umum.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Disarankan bagi peneliti yang melaksanakan penelitian serupa untuk melakukan sampel yang lebih besar dan mencakup beberapa wilayah, tidak terbatas pada lingkungan sekolah saja. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat mengembangkan variabel lain yang belum dimasukkan dalam penelitian ini untuk mendapatkan hasil yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

Buku

Darwin muhammad, marianne reynelda mamondol, salman alparis sormin, yuliana nurhayati, hardi tambunan, diana sylvia, made bwi mertha adnyana, budi prasetiyo, pasionista vianitati, antonius andolf gebang *metode penelitian pendekatan kuantitatif*, (Bandung : melong asih regency B40-cijerah kota bandung-jawa barat, 2021)

Fitriyah lina arifah, andri wahyu wijayadi, oktaffi arinna manasikana, nur hayati, *Menanamkan efikasi diri dan kestabilan emosi*, (Jombang : Lppm unhasy tebuireng jombang, 2019)

Kristiyanti titik, *Self-regulated learning*, (yogyakarta: Sanata dharma universitas press, 2016)

Nuryadi, tutut dewi astuti, endang sri utami, m. budiantara, *Dasar-dasar statistika penelitian*, (Yogyakarta : SIBUKU MRDIA, 2017)

Ramayyah safitri, *kesemasan bagaimana mengatasi penyebabnya*, trans. Perpustakaan populer obor, (Jakarta : jl. Plaju no.10, 2003)

Rukajat ajat, *Pendekatan penelitian kuantitatif*, (Yogyakarta : Grup penerbit CV budi utama, 2018)

Sugiyono, *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R&D*, (Bandung : Alfabta, 2020)

UIN KHAS Jember, *Pedoman penulisan karya Ilmiah*, (Jember : UIN KHAS Jember, 2021).

Jurnal

Agustian Ilham, harius eko saputra,antonio imanda, “Pengaruh sistem informasi manajemen terhadap peningkatan kualitas pelayanan di PT. jasaraharja putra cabang bengkulu”, journal Professional FIS UNIVED Vol 6 no 1, juni 2019.

Arsanti tutuk ari , “Hubungan antara penetapan tujuan self efficacy dan kinerja”, journal bisnis dan ekonomi vol 16 no 2, 2020

Khairunisa “kecemasan berbicara didepan kelas pada peserta didik sekolah dasar”, Journal tunas bangsa, vol 6 no 2, (agustus 2019)

- Muslim Khoirul, “Faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan berkomunikasi di depan umum (kasus Mahasiswa Fakultas Dakwah INISNU Jepara”, journal *Interaksi*, Vol 2, No 2 (2020)
- Pusvitasari putri, arini miftijayanti, “strategi coping dan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa fakultas ekonomi dan sosial universitas jenderal achmad yani yogyakarta” journal ilmiah psikomuda *connectedness*, vol 1 no 2, 2020.
- Randicha muhammad hamandia, *analisis konseptual mengenai kecemasan dalam berbicara di depan umum*, journal komunikasi islam dan kehumasan Vol 6 no 1 2022
- Umati fitri, Wilson, dan jasper jas, “self efficacy learning equality citizens in sanggar learning activities (SKB) kota pekan baru”, journal *jom fkip*, vol 6 no 2 (juli-desember 2019).
- Yahya fasya, Ratih kartika dewi, Lutfi fanani, “Perancangan user experience prototype aplikasi untuk mengatasi kecemasan berbicara di depan umum”, *Journal pengembangan teknologi informasi dan ilmu komputer*, Vol 6 No5, Mei 2022
- Zagot sri florina leurence, “ efikasi diri dalam proses pembelajaran”, Vol 2 No 2, journal *Review pendidikan dan pengajaran*, desember 2019

Skripsi

- Al-bantani moch. Ramdhan “ Pengaruh self efficacy terhadap kemampuan pemecahan masalah matematis siswa”. (skripsi, Universitas lampung,2022).
- Candra siswaning nuki adi, “Hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan berbicara didepan umum mahasiswa universitas islam sultan agung semarang”, (skripsi, Universitas islam sultan agung, 2022).
- Faisol, *Pengertian indikator*, UIN Medan area, desember 2021.
- Fitriadi riski, “ Hubungan self-eficacy dengan kontrol diri terhadap kecemasan berbicara didepan umum pada mahasiswa fakultas psikologi uin suka riau”. (Skripsi, UIN suka riau, 2021)
- Himmah faiqotul, “Hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa baru fakultas psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”, (skripsi, Universitas islam negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2020).

Rahmatullah gusti, “Pengaruh self efficacy dan motivasi kerja terhadap kinerja karyawan pada PT. Asuransi umum bumi putera”. (Skripsi, Universitas Islam Riau Pekanbaru, 2022).

Syafitri diah khanifah “ Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara bahasa asing didepan umum pada mahasiswa pendidikan bahasa jepang universitas negeri semarang angkatan 2018 ”.(Skripsi,universitas negeri semarang, 2020)

Website

Andinda R. “Memahami *Self efficacy* atau Efikasi Diri”, diakses pada tanggal 20 November 2023, <https://gramedia.com/best-seller/self-efficacy-efikasi-diri/~:text=bawah%20ini%20ya.,1.,melakukan%20sesuatu%20untuk%20mencapai%20kesuksesan.>

Andri. “Teori kecemasan berdasarkan psikoanalisis klasik dan berbagai mekanisme pertahanan terhadap kecemasan” diakses pada tanggal 26 November 2023” https://www.researchgate.net/profile/Andri-Andri-4/publication/210277782_Anxiety_Theory_Based_On_Classic_Psychoanalytic_and_Types_of_Defense_Mechanism_To_Anxiety/links/08fd487bf74e1f5032ab8275/Anxiety=Theory-Based-On-Classic_P.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R



LAMPIRAN-LAMPIRAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Lampiran 1**PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Emiliya Ramadani
Nim : 201103050008
Program Studi : Psikologi Islam
Fakultas : Dakwah
Institusi : Universitas Islam Negeri KH Achmad Siddiq Jember

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa dalam hasil penelitian ini tidak terdapat unsur-unsur penjiplakan karya penelitian atau karya ilmiah yang pernah dilakukan atau dibuat orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari ternyata hasil penelitian ini terbukti terdapat unsur-unsur penjiplakan dan ada klaim dari pihak lain, maka saya bersedia untuk diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun.

Jember, 15 Mei 2024

Saya yang menyatakan

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER



Emiliya Ramadani
NIM 201103050008

Lampiran 2


KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS DAKWAH
 Jl. Mataram No. 1 Mangli Kaliwates Jember, Kode Pos 68136 Telp. 0331-487550
 email : fakultasdakwah@uinkhas.ac.id website: <http://dakwah.uinkhas.ac.id/>

Nomor : B.1179/Un.22/6.a/PP.00.9/4 /2024 26 April 2024
 Lampiran : -
 Hal : Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

Yth.
 Kepala Sekolah SMK inklusi TPA Jember

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan ini kami memohon dengan hormat agar mahasiswa berikut :

Nama : Emiliya Ramadani
 NIM : 201103050008
 Fakultas : Dakwah
 Program Studi : Psikologi Islam
 Semester : VIII (delapan)

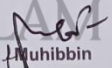
Dalam rangka penyelesaian / penyusunan skripsi, yang bersangkutan mohon dengan hormat agar diberi ijin mengadakan penelitian / riset selama ± 30 hari di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin.

Penelitian yang akan dilakukan berjudul "Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Siswa SMK Inklusi TPA Jember"


Demikian atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.


An. Dekan,
 Wakil Dekan Bidang Akademik


 An. Dekan

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
 KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
 JEMBER



Lampiran 3

**YAYASAN TAMAN PENDIDIKAN DAN ASUHAN
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN
SMK INKLUSI TPA JEMBER**
STATUS: TERAKREDITASI "B"
Jl. Branjangan No.1 Bintoro – Patrang -Jember 68113 Telp. 0331-4431979
Email: smkinklusiember@gmail.com

SURAT KETERANGAN SELESAI MENELITI
Nomor : 421.3/ 101 /20564050/V/2024

Yang Bertanda tangan di bawah ini :

Nama : NONOK SUBANDYO, S.Pd
NIP : -
Jabatan : Kepala SMK INKLUSI TPA JEMBER

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa/i di bawah ini :

Nama : EMILIYA RAMADANI
NIM : 201103050008
Program Studi : Psikologi Islam
Judul Penelitian : Hubungan antara self efficacy dengan kecemasan berbicara depan umum pada siswa SMK INKLUSI TPA JEMBER

telah melaksanakan penelitian mulai tanggal 29 April 2024 sampai dengan 18 Mei 2024 di SMK INKLUSI TPA JEMBER.

Demikian Surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.
Jember, 18 Mei 2024

Kepala SMK INKLUSI TPA JEMBER

Nonok Subandyo, S.Pd
NIP. *

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Lampiran 4

JUDUL	VARIABEL	SUB VARIABEL / ASPEK	INDIKATOR	SUMBER DATA	METODE PENELITIAN	HIPOTESIS	RUMUSAN MASALAH
Hubungan anatar <i>self-efficacy</i> dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMK inklusi TPA Jember	1) <i>Self-efficacy</i> (X)	1. Level / magnitude	<ul style="list-style-type: none"> • Merasa mampu untuk menyelesaikan tugas yang diberi dengan baik • Punya keyakinan bahwa dirinya dapat mencapai hasil yang diinginkan dari tugas-tugas yang dikerjakan. • Kemampuan untuk bangkit dan bertahan dalam melaksanakan 	<ul style="list-style-type: none"> • Lokasi penelitian di SMK inklusi TPA Jember • Populasi dari siswa reguler yang memiliki kecemasan berbicara • Teknik pengambilan sampel : sampel total • Observasi dan angket atau kuisioner • Dokumentasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif • Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, koesioner, dan dokumentasi • Analisis data menggunakan data korelasi 	<p>Ho : Tidak ada hubungan natara <i>self-efficacy</i> dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMK inklusi TPA Jember</p> <p>Ha : Ada hubungannya antara <i>self-efficacy</i> dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMK inklusi</p>	Apa ada hubungan antara <i>self-efficacy</i> dengan kecemasan bicara di depan umum pada siswa SMK inklusi TPA Jember

		2. Strengh	<p>n tugas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Besarnya usaha yang dilakukan • Pantang menyerah • Mampu menghadapi rintangan 		<ul style="list-style-type: none"> • Uji keabsahan data : uji validitas dan reliabilitas 	TPA Jember	
		3. Generality	<ul style="list-style-type: none"> • Individu merasa yakin atas kemampuannya • Mampu menyelesaikan tugas atau masalah yang dihadapi. 				
	2) Kecemasan berbicara (Y)	1. Kecemasan realitas	<ul style="list-style-type: none"> • Cemas yang berlebihan • Merasa panik dan khawatir akan datangnya bahaya 				
		2.	<ul style="list-style-type: none"> • Suasana 				

	Kecemasan neurosis	<p>hati yang tidak tenang seperti halnya gemetar, gelisah dan mudah menangis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ketakutan ketika akan di beri hukuman 			
	3. Kecemasan moral	<ul style="list-style-type: none"> • Individu merasa bersalah apabila berbuat suatu kesalahan yang moral • Rasa malu yang berlebihan • Merasa terkekan hingga lari dari kenyataan 			

Lampiran 5

Transformasi Data Variabel *Self Efficacy*

Successive Interval																				
X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	TOTAL X	
2.932	2.631	1.000	2.448	3.778	2.310	1.000	2.912	2.052	3.353	2.334	3.769	2.311	2.334	2.193	2.125	2.193	2.208	2.210	46.091	
2.932	2.631	2.168	2.448	1.872	3.606	2.396	1.000	3.784	2.056	2.334	2.381	2.311	1.000	2.193	2.125	3.372	2.208	2.210	45.027	
4.571	3.941	2.168	2.448	3.778	3.606	3.831	2.912	4.724	3.353	1.000	3.769	3.433	2.334	3.575	2.125	3.372	3.407	2.210	60.556	
2.932	2.631	3.770	2.448	3.778	2.310	2.396	2.912	2.052	3.353	2.334	2.381	1.000	1.000	2.193	1.000	2.193	3.407	1.000	45.089	
2.932	2.631	3.032	2.448	2.616	3.606	2.396	1.995	3.784	2.056	2.334	2.381	1.000	2.334	3.575	2.125	4.493	3.407	2.210	51.356	
1.000	2.631	2.168	1.000	1.872	3.606	3.831	1.000	3.784	2.056	1.000	3.769	3.433	2.334	2.193	2.125	3.372	2.208	4.033	47.414	
2.932	1.550	3.032	2.448	2.616	2.310	2.396	2.912	2.954	2.056	1.000	1.000	1.000	1.000	2.193	3.100	2.193	2.208	2.210	41.109	
2.932	2.631	2.168	2.448	1.872	3.606	2.396	1.995	2.052	1.000	2.334	1.000	2.311	1.000	3.575	1.000	2.193	2.208	1.000	39.722	
2.932	3.941	3.770	3.757	2.616	3.606	3.831	2.912	2.954	3.353	1.000	1.000	2.311	1.000	3.575	2.125	3.372	3.407	2.210	53.674	
2.932	2.631	2.168	2.448	2.616	3.606	2.396	3.784	2.954	2.056	3.629	3.769	2.311	2.334	3.575	3.100	3.372	3.407	3.129	56.216	
2.932	2.631	3.032	3.757	3.778	5.010	3.831	3.784	2.954	3.353	2.334	2.381	2.311	2.334	3.575	3.100	4.493	3.407	3.129	62.127	
2.932	2.631	3.032	1.000	2.616	2.310	2.396	1.995	2.954	3.353	1.000	1.000	2.311	3.629	3.575	2.125	2.193	2.208	2.210	45.471	
2.932	3.941	3.032	3.757	3.778	3.606	3.831	3.784	3.784	3.353	2.334	2.381	2.311	2.334	3.575	3.100	4.493	3.407	4.033	63.767	
2.932	3.941	3.032	2.448	3.778	3.606	2.396	4.724	3.784	2.056	2.334	2.381	4.419	3.629	3.575	3.920	4.493	3.407	4.033	64.889	
2.932	3.941	1.000	3.757	3.778	3.606	2.396	1.995	1.000	1.000	2.334	2.381	1.000	2.334	2.193	1.000	3.372	2.208	2.210	44.437	
2.932	2.631	1.000	3.757	3.778	3.606	2.396	1.995	1.000	1.000	2.334	2.381	1.000	2.334	2.193	1.000	3.372	2.208	2.210	43.127	
2.932	3.941	3.032	2.448	2.616	3.606	3.831	4.724	3.784	2.056	3.629	3.769	3.433	2.334	3.575	3.100	3.372	3.407	3.129	62.717	
0	2.932	2.631	2.168	2.448	2.616	2.310	3.831	3.784	2.954	3.353	2.334	2.381	2.311	3.629	3.575	2.125	3.372	3.407	2.210	54.372
1	4.571	3.941	2.168	3.757	3.778	3.606	3.831	2.912	4.724	3.353	1.000	2.381	2.311	1.000	3.575	2.125	3.372	3.407	3.129	58.942
2	4.571	3.941	3.770	3.757	3.778	5.010	2.396	3.784	3.784	3.353	2.334	2.381	3.433	2.334	5.194	2.125	4.493	3.407	3.129	66.975
3	4.571	3.941	2.168	3.757	3.778	3.606	3.831	4.724	2.954	3.353	3.629	2.381	2.311	2.334	3.575	3.100	3.372	2.208	3.129	62.722
4	4.571	2.631	3.770	2.448	3.778	3.606	3.831	3.784	2.954	3.353	3.629	3.769	2.311	3.629	3.575	3.100	3.372	3.407	4.033	65.550
5	2.932	1.000	1.000	2.448	2.616	2.310	2.396	1.995	2.052	3.353	1.000	3.769	1.000	1.000	3.575	1.000	1.000	2.208	2.210	38.864
6	2.932	1.000	1.000	2.448	2.616	2.310	3.831	1.995	2.052	2.056	2.334	2.381	1.000	2.334	3.575	1.000	3.372	2.208	1.000	41.443
7	2.932	2.631	2.168	2.448	1.000	3.606	2.396	2.912	2.954	2.056	1.000	2.381	2.311	2.334	3.575	2.125	3.372	3.407	2.210	47.819
8	2.932	2.631	2.168	2.448	3.778	2.310	1.000	2.912	2.052	3.353	2.334	2.381	1.000	1.000	2.193	1.000	2.193	4.724	1.000	43.408
9	2.932	2.631	2.168	2.448	1.872	2.310	2.396	2.912	2.954	3.353	2.334	2.381	2.311	2.334	3.575	2.125	3.372	3.407	2.210	50.025
0	4.571	2.631	2.168	2.448	3.778	2.310	3.831	2.912	2.954	3.353	1.000	2.381	2.311	1.000	3.575	3.100	3.372	3.407	3.129	55.547
1	2.932	2.631	3.770	3.757	1.000	3.606	3.831	2.912	2.052	2.056	2.334	2.381	2.311	2.334	3.575	1.000	2.193	1.000	1.000	46.675
2	2.932	2.631	2.168	1.000	1.872	1.000	2.396	2.912	2.052	1.000	1.000	1.000	1.000	1.000	3.100	2.193	1.000	2.210	33.466	
3	4.571	5.194	4.756	5.010	3.778	5.010	3.831	3.784	4.724	3.353	3.629	3.769	3.433	3.629	5.194	4.492	5.480	4.724	4.033	82.394

Lampiran 6

Transformasi Data Variabel Kecemasan Berbicara Didepan Umum

Successive Interval																				
T1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Total Y
4.470	3.778	4.049	2.202	3.598	2.154	4.287	2.906	2.848	1.950	2.726	2.010	2.954	3.229	2.331	4.133	3.732	3.867	2.090	1.904	61.217
3.132	2.350	2.244	3.197	1.000	3.159	3.197	3.759	3.885	1.950	2.726	2.010	1.872	2.096	2.331	2.106	2.530	3.161	2.090	1.904	50.699
4.470	3.778	2.244	2.202	3.598	2.154	2.168	4.571	1.915	2.865	4.101	3.212	2.954	3.229	2.331	3.125	3.732	2.202	3.711	3.051	61.612
4.470	2.350	2.244	2.202	2.311	2.154	1.000	1.000	1.915	1.000	2.726	2.010	1.872	1.000	1.000	2.106	2.530	1.000	2.090	1.904	38.885
3.132	1.000	2.244	2.202	1.000	1.000	3.197	3.759	3.885	1.950	2.726	1.000	2.954	1.000	2.331	4.133	2.530	2.202	2.090	1.904	46.238
4.470	3.778	4.049	2.202	2.311	1.000	3.197	2.906	3.885	2.865	4.101	3.212	5.194	1.000	1.000	3.125	4.724	3.161	2.980	3.051	62.212
1.995	2.350	1.000	2.202	1.000	1.000	2.168	2.035	1.915	1.950	4.101	2.010	2.954	1.000	2.331	3.125	2.530	1.000	2.980	4.756	44.402
3.132	2.350	2.244	2.202	2.311	2.154	2.168	2.906	2.848	2.865	2.726	3.212	2.954	2.096	2.331	3.125	2.530	2.202	2.980	3.051	52.387
3.132	2.350	3.195	3.197	2.311	3.159	3.197	2.906	2.848	2.865	2.726	3.212	2.954	3.229	1.000	3.125	2.530	3.161	2.090	3.051	56.228
1.995	2.350	2.244	2.202	2.311	2.154	2.168	1.000	1.000	1.950	4.101	3.212	2.954	3.229	3.662	2.106	2.530	2.202	2.090	3.051	48.512
1.995	2.350	2.244	1.000	1.000	1.000	2.168	2.906	1.915	2.865	1.705	3.212	2.954	2.096	2.331	3.125	2.530	2.202	3.711	1.000	44.309
1.995	2.350	2.244	2.202	1.000	2.154	2.168	1.000	2.848	1.950	4.101	2.010	1.872	1.000	2.331	3.125	2.530	2.202	2.980	3.051	45.114
3.132	3.778	3.195	4.188	2.311	3.159	3.197	2.906	2.848	4.033	4.101	3.212	4.133	3.229	2.331	4.133	3.732	3.161	3.711	3.051	67.533
3.132	3.778	3.195	3.197	2.311	3.159	3.197	2.035	2.848	4.033	2.726	3.212	4.133	3.229	2.331	4.133	3.732	3.867	4.541	3.051	65.829
1.000	2.350	1.000	1.000	1.000	1.000	1.000	2.035	1.000	1.000	1.000	1.000	1.000	1.000	2.096	1.000	2.530	1.000	1.000	25.011	
1.000	2.350	2.244	1.000	2.311	1.000	2.168	1.000	1.000	1.950	1.000	1.000	2.954	2.096	1.000	4.133	2.530	1.000	2.090	1.000	34.827
4.470	3.778	3.195	4.188	3.598	4.352	4.287	2.906	4.871	4.033	2.726	3.212	4.133	3.229	3.662	5.194	4.724	4.571	3.711	3.051	77.881
1.995	3.778	2.244	2.202	1.000	2.154	2.168	2.035	2.848	2.865	2.726	2.010	1.872	1.000	2.331	2.106	3.732	2.202	2.980	3.051	47.299
3.132	2.350	2.244	3.197	1.000	3.159	3.197	2.035	1.915	1.950	2.726	3.212	2.954	2.096	2.331	3.125	2.530	2.202	2.090	3.051	50.495
3.132	2.350	1.000	2.202	2.311	1.000	3.197	2.035	2.848	2.865	2.726	3.212	2.954	2.096	2.331	2.106	3.732	2.202	4.541	1.904	50.743
3.132	2.350	1.000	1.000	2.311	1.000	2.168	1.000	3.885	4.033	1.000	2.010	4.133	2.096	2.331	3.125	2.530	2.202	2.980	3.051	47.338
3.132	3.778	3.195	3.197	2.311	2.154	2.168	2.906	1.915	2.865	4.101	3.212	2.954	3.229	3.662	3.125	2.530	2.202	2.980	3.051	58.657
3.132	3.778	1.000	1.000	3.598	2.154	1.000	2.035	2.848	1.000	1.705	2.010	4.133	1.000	1.000	1.000	1.000	1.000	1.000	37.297	
3.132	3.778	1.000	1.000	2.311	3.159	1.000	1.000	1.000	1.000	1.705	3.212	1.000	3.229	3.662	2.106	2.530	2.202	2.090	3.051	43.168
3.132	3.778	2.244	3.197	2.311	2.154	4.287	3.													

Lampiran 7

KUISIONER UJI COBA

Nama :

Jenis kelamin :

Usia :

Kelas :

Petunjuk pengisian

1. Bacalah terlebih dahulu pernyataan dibawah ini dengan cermat
2. Berikan tanda (✓) pada jawaban yang sesuai dengan pilihan anda
3. Berikan jawaban yang sesuai dengan kondisi yang dialami, tidak ada jawaban benar dan salah
4. Pengisian skala ini bersifat rahasia
5. Berikut keterangan jawaban yang ada pada masing-masing kolom jawaban :

SS : Sangat setuju

S : Setuju

KS : Kurang setuju

TS : Tidak setuju

STS : Sangat tidak setuju

Angket skala *Self-efficacy*

No	Pernyataan	Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya yakin akan menyelesaikan tugas yang diberikan kepada saya					
2.	Saya tidak yakin kemampuan yang saya miliki dapat menyelesaikan tugas					
3.	Saya sering mengeluh ketika dihadapkan dengan tugas-tugas					
4.	Saya selalu dapat menyelesaikan tugas-tugas yang dianggap sulit					
5.	Saya lebih memilih terus berusaha untuk bisa menyelesaikan tugas-tugas yang di berikan					
6.	Saya merasa tidak mampu untuk menyelesaikan tugas					
7.	Saya yakin bahwa saya bisa lebih meningkatkan					

	kualitas belajar saya sebaik mungkin					
8.	Saya gampang menyerah ketika dapat tugas dari guru saya					
9.	Saya memiliki keterbatasan ide untuk menyelesaikan tugas atau permasalahan yang sedang saya hadapi					
10.	Keyakinan saya terhadap kemampuan semakin bertambah, ketika saya dapat menyelesaikan tugas-tugas yang sulit					
11.	Saya sangat yakin akan mendapatkan apa yang saya inginkan jika disertai dengan usaha dan kerja keras termasuk dalam belajar					
12.	Saya merasa tidak mampu untuk bangkit dari kegagalan ketika belajar					
13.	Jika saya harus bertantangan dengan sesuatu yang baru, saya yakin bisa untuk mengatasinya					
14.	Saya tetap bertahan untuk berjuang ketika menghadapi kegagalan dalam mengerjakan tugas					
15.	Saya merasa ragu dengan kemampuan saya untuk mengerjakan tugas					
16.	Saya merasa tidak mempunyai cara untuk bangkit dari kegagalan ketika mengerjakan tugas					
17.	Dalam pengalam yang pernah saya dapatkan, saya yakin bisa menghadapi banyak tugas					
18.	Saya mempunyai cara dalam mengatasi setiap kegagalan dalam tugas saya					
19.	Saya mudah merasa bosan ketika sedang mengerjakan tugas					
20.	Saya tidak yakin akan kemampuan saya bisa menghadapi banyak tugas					
21.	Saya yakin saya bisa mengerjakan semua tugas yang diberikan					
22.	Saya mudah merasa bosan ketika saya seang mengerjakan tugas					

KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ

Angket skala Kecemasan Berbicara Didepan Umum

No	Pernyataan	Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya yakin bisa mengatasi rasa cemas saya ketika berbicara di depan umum					
2.	Saya yakin ketika saya membiasakan berbicara di depan umum rasa cemas yang berlebihan akan bisa hilang perlahan-lahan					
3.	Saya selalu dihantui rasa takut saat menjelang berbicara di depan umum					
4.	Kecemasan saya muncul ketika saya di suruh berbicara di depan umum					
5.	Saya yakin bisa mengatasi rasa panik ketika					

	berbicara di depan umum					
6.	Ketika berbicara di depan umum detak jantung saya normal seperti biasanya					
7.	Tangan saya terasa gemetar ketika berbicara di depan umum					
8.	Ketika saya panik, saya tidak bisa mengontrol diri saya untuk tenang					
9.	Telapak tangan saya terasa dingin dan berkeringat saat menunggu giliran berdiskusi di kelas					
10.	Ketika saya berbicara di depan umum saya merasa gugup ketika menyampaikan pendapat saya					
11.	Saya dapat berbicara dengan lancar tanpa gugup ketika berbicara di depan teman saya					
12.	Saya yakin, saya bisa bersikap santai ketika harus berbicara di depan umum					
13.	Saya merasa linglung ketika saya berbicara di depan umum					
14.	Saya yakin bahwa saya bisa berkomunikasi dengan baik ketika presentasi di depan kelas					
15.	Saya sangat yakin bahwa saya bisa menghadapi sesuatu yang membuat saya takut menyampaikan pendapat saya					
16.	Ketika saya menjelaskan materi secara pelan-pelan dan rinci agar materi yang saya jelaskan dapat di pahami oleh teman-teman					
17.	Pernafasan saya tiba-tiba tidak teratur, ketika menjelaskan materi di depan teman-teman					
18.	Saya merasa khawatir dan tegang ketika guru menunjuk saya untuk berbicara di depan					
19.	Saya merasa berdebar-debar ketika berbicara di depan umum					
20.	Saya yakin bahwa saya bisa berbicara lancar ketika menjelaskan poin-poin penting di depan umum					
21.	Saya tidak banyak berbicara pada saat berdiskusi kelompok karena saya merasa malu dan gelisah					
22.	Tangan saya tidak merasa gemetar ketika menyampaikan pendapat di depan teman-teman					
23.	Saya menolak menyampaikan pendapat dan ide-ide saya dalam diskusi di kelas ketika banyak teman melihat					
24.	Saya mudah memahami materi yang akan di jelaskan					

LAMPIRAN 8

KUISIONER PENELITIAN**Angket skala *Self-efficacy***

Nama :

Jenis kelamin :

Usia :

Kelas :

Petunjuk pengisian

1. Bacalah terlebih dahulu pernyataan dibawah ini dengan cermat
2. Berikan tanda (✓) pada jawaban yang sesuai dengan pilihan anda
3. Berikan jawaban yang sesuai dengan kondisi yang dialami, tidak ada jawaban benar dan salah
4. Pengisian skala ini bersifat rahasia
5. Berikut keterangan jawaban yang ada pada masing-masing kolom jawaban :

SS : Sangat setuju

S : Setuju

KS : Kurang setuju

TS : Tidak setuju

STS : Sangat tidak setuju

No	Pernyataan	Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya yakin akan menyelesaikan tugas yang diberikan kepada saya					
2.	Saya tidak yakin kemampuan yang saya miliki dapat menyelesaikan tugas					
3.	Saya sering mengeluh ketika dihadapkan dengan tugas-tugas					
4.	Saya selalu dapat menyelesaikan tugas-tugas yang dianggap sulit					
5.	Saya lebih memilih terus berusaha untuk bisa menyelesaikan tugas-tugas yang di berikan					
6.	Saya merasa tidak mampu untuk menyelesaikan tugas					
7.	Saya yakin bahwa saya bisa lebih meningkatkan kualitas belajar saya sebaik mungkin					

8.	Saya gampang menyerah ketika dapat tugas dari guru saya					
9.	Saya memiliki keterbatasan ide untuk menyelesaikan tugas atau permasalahan yang sedang saya hadapi					
10.	Saya sangat yakin akan mendapatkan apa yang saya inginkan jika disertai dengan usaha dan kerja keras termasuk dalam belajar					
11.	Saya merasa tidak mampu untuk bangkit dari kegagalan ketika belajar					
12.	Jika saya harus bertantangan dengan sesuatu yang baru, saya yakin bisa untuk mengatasinya					
13.	Saya merasa ragu dengan kemampuan saya untuk mengerjakan tugas					
14.	Saya merasa tidak mempunyai cara untuk bangkit dari kegagalan ketika mengerjakan tugas					
15.	Dalam pengalaman yang pernah saya dapatkan, saya yakin bisa menghadapi banyak tugas					
16.	Saya mudah merasa bosan ketika sedang mengerjakan tugas					
17.	Saya tidak yakin akan kemampuan saya bisa menghadapi banyak tugas					
18.	Saya yakin saya bisa mengerjakan semua tugas yang diberikan					
19.	Saya mudah merasa bosan ketika saya sedang mengerjakan tugas					

Angket skala Kecemasan Berbicara Didepan Umum

No	Pernyataan	Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya yakin bisa mengatasi rasa cemas saya ketika berbicara di depan umum					
2.	Saya yakin ketika saya membiasakan berbicara di depan umum rasa cemas yang berlebihan akan bisa hilang perlahan-lahan					
3.	Saya selalu dihantui rasa takut saat menjelang berbicara di depan umum					
4.	Kecemasan saya muncul ketika saya di suruh berbicara di depan umum					
5.	Saya yakin bisa mengatasi rasa panik ketika berbicara di depan umum					
6.	Ketika berbicara di depan umum detak jantung saya normal seperti biasanya					
7.	Tangan saya terasa gemetar ketika berbicara di depan umum					
8.	Ketika saya panik, saya tidak bisa mengontrol diri saya untuk tenang					
9.	Telapak tangan saya terasa dingin dan berkeringat saat menunggu giliran berdiskusi di kelas					

10.	Ketika saya berbicara di depan umum saya merasa gugup ketika menyampaikan pendapat saya					
11.	Saya dapat berbicara dengan lancar tanpa gugup ketika berbicara di depan teman saya					
12.	Saya yakin, saya bisa bersikap santai ketika harus berbicara di depan umum					
13.	Saya yakin bahwa saya bisa berkomunikasi dengan baik ketika presentasi di depan kelas					
14.	Saya sangat yakin bahwa saya bisa menghadapi sesuatu yang membuat saya takut menyampaikan pendapat saya					
15.	Pernafasan saya tiba-tiba tidak teratur, ketika menjelaskan materi di depan teman-teman					
16.	Saya merasa khawatir dan tegang ketika guru menunjuk saya untuk berbicara di depan					
17.	Saya merasa berdebar-debar ketika berbicara di depan umum					
18.	Saya tidak banyak berbicara pada saat berdiskusi kelompok karena saya merasa malu dan gelisah					
19.	Tangan saya tidak merasa gemetar ketika menyampaikan pendapat di depan teman-teman					
20.	Saya menolak menyampaikan pendapat dan ide-ide saya dalam diskusi di kelas ketika banyak teman melihat					



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Lampiran 9

Data Responden Penelitian

No	Nama	Usia	Jenis Kelamin
1	M. Nazril Anwar	17	Laki-laki
2	Bima	16	Laki-laki
3	Dandi Agus Satriyo Awaluddin	15	Perempuan
4	Citra Wulan Dari	16	Perempuan
5	Lusi	16	Perempuan
6	Muhammad Firman Firdiyansyah	17	Laki-laki
7	Ahmad Ichsan Fanani	18	Laki-laki
8	Dita Nanda Amelia	18	Perempuan
9	Fara Adelia	17	Perempuan
10	Ana Jahrotul Fahida	18	Perempuan
11	Widayatul Komariah	17	Perempuan
12	Sri Wahyuni	19	Perempuan
13	Siti Istifaiyatul Ummah	19	Perempuan
14	Fitriah Ningsih	17	Perempuan
15	Mutri Fatul Hasanah	17	Laki-laki
16	Imra	19	Laki-laki
17	Adi Saputra	16	Laki-laki
18	Alfia	17	Perempuan
19	Bima Apriliansyah	17	Laki-laki
20	Alisatul Hoyriyah	18	Perempuan
21	Fathur Riyanto	18	Laki-laki
22	David Akbar Zainuri	17	Laki-laki

23	Aliya	17	Perempuan
24	Ahmad Fatur Rohman	17	Laki-laki
25	Lisa	18	
26	Ari Saputra	17	Laki-laki
27	Sitti Qurruta Ayun	18	Perempuan
28	Ahmad Ramadani	18	Laki-laki
29	Defa Revaldo	18	Laki-laki
30	Nur Alisa	18	Perempuan
31	Ahmad Wildan Saifullah	17	Laki-laki



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Lampiran 10

Tabulasi Data *Self Efficacy*

Tabulasi Skala <i>Self Efficacy</i>																				
<i>Self Efficacy (X)</i>																				
No aitem																				
No	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	TOTAL
1	4	3	1	3	5	3	3	3	2	5	4	5	3	4	3	2	2	3	2	60
2	4	3	2	3	3	4	4	1	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	2	59
3	5	4	2	3	5	4	5	3	5	5	3	5	4	4	4	2	3	4	2	72
4	4	3	4	3	5	3	4	3	2	5	4	4	2	3	3	1	2	4	1	60
5	4	3	3	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	2	65
6	3	3	2	2	3	4	5	1	4	4	3	5	4	4	3	2	3	3	4	62
7	4	2	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	57
8	4	3	2	3	3	4	4	2	2	3	4	3	3	3	4	1	2	3	1	54
9	4	4	4	4	4	4	5	3	3	5	3	3	3	3	4	2	3	4	2	67
10	4	3	2	3	4	4	4	4	3	4	5	5	3	4	4	3	3	4	3	69
11	4	3	3	4	5	5	5	4	3	5	4	4	3	4	4	3	4	4	3	74
12	4	3	3	2	4	3	4	2	3	5	3	3	3	5	4	2	2	3	2	60

13	4	4	3	4	5	4	5	4	4	5	4	4	3	4	4	3	4	4	4	76
14	4	4	3	3	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	78
15	4	4	1	4	5	4	4	2	1	3	4	4	2	4	3	1	3	3	2	58
16	4	3	1	4	5	4	4	2	1	3	4	4	2	4	3	1	3	3	2	57
17	4	4	3	3	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	4	3	3	4	3	75
18	4	3	2	3	4	3	5	4	3	5	4	4	3	5	4	2	3	4	2	67
19	5	4	2	4	5	4	5	3	5	5	3	4	3	3	4	2	3	4	3	71
20	5	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	2	4	4	3	78
21	5	4	2	4	5	4	5	5	3	5	5	4	3	4	4	3	3	3	3	74
22	5	3	4	3	5	4	5	4	3	5	5	5	3	5	4	3	3	4	4	77
23	4	1	1	3	4	3	4	2	2	5	3	5	2	3	4	1	1	3	2	53
24	4	1	1	3	4	3	5	2	2	4	4	4	2	4	4	1	3	3	1	55
25	4	3	2	3	2	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	2	3	4	2	61
26	4	3	2	3	5	3	3	3	2	5	4	4	2	3	3	1	2	5	1	58
27	4	3	2	3	3	3	4	3	3	5	4	4	3	4	4	2	3	4	2	63
28	5	3	2	3	5	3	5	3	3	5	3	4	3	3	4	3	3	5	3	68
29	4	3	4	4	2	4	5	3	2	4	4	4	3	4	4	1	2	2	1	60
30	4	3	2	2	3	2	4	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	50
31	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	92

Lampiran 11

Tabulasi Data Kecemasan Berbicara Didepan Umum

Tabulasi Kecemasan Berbicara Didepan Umum																					
Kecemasan Berbicara Didepan Umum (Y)																					
No Aitem																					
No	1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	TOTAL
1	5	5	4	2	5	3	4	3	3	2	4	3	3	5	4	4	3	4	2	3	71
2	4	4	2	3	3	4	3	4	4	2	4	3	2	4	4	2	2	3	2	3	62
3	5	5	2	2	5	3	2	5	2	3	5	4	3	5	4	3	3	2	4	4	71
4	5	4	2	2	4	3	1	1	2	1	4	3	2	3	3	2	2	1	2	3	50
5	4	3	2	2	3	2	3	4	4	2	4	2	3	3	4	4	2	2	2	3	58
6	5	5	4	2	4	2	3	3	4	3	5	4	5	3	3	3	4	3	3	4	72
7	3	4	1	2	3	2	2	2	2	2	5	3	3	3	4	3	2	1	3	5	55
8	4	4	2	2	4	3	2	3	3	3	4	4	3	4	4	3	2	2	3	4	63
9	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	5	3	3	2	3	2	4	67
10	3	4	2	2	4	3	2	1	1	2	5	4	3	5	5	2	2	2	2	4	58
11	3	4	2	1	3	2	2	3	2	3	3	4	3	4	4	3	2	2	4	2	56
12	3	4	2	2	3	3	2	1	3	2	5	3	2	3	4	3	2	2	3	4	56

13	4	5	3	4	4	4	3	3	3	4	5	4	4	5	4	4	3	3	4	4	77
14	4	5	3	3	4	4	3	2	3	4	4	4	4	5	4	4	3	4	5	4	76
15	2	4	1	1	3	2	1	2	1	1	2	2	1	4	3	1	2	1	1	2	37
16	2	4	2	1	4	2	2	1	1	2	2	2	3	4	3	4	2	1	2	2	46
17	5	5	3	4	5	5	4	3	5	4	4	4	4	5	5	5	4	5	4	4	87
18	3	5	2	2	3	3	2	2	3	3	4	3	2	3	4	2	3	2	3	4	58
19	4	4	2	3	3	4	3	2	2	2	4	4	3	4	4	3	2	2	2	4	61
20	4	4	1	2	4	2	3	2	3	3	4	4	3	4	4	2	3	2	5	3	62
21	4	4	1	1	4	2	2	1	4	4	2	3	4	4	4	3	2	2	3	4	58
22	4	5	3	3	4	3	2	3	2	3	5	4	3	5	5	3	2	2	3	4	68
23	4	5	1	1	5	3	1	2	3	1	3	3	4	3	3	1	1	1	1	3	49
24	4	5	1	1	4	4	1	1	1	1	3	4	1	5	5	2	2	2	2	4	53
25	4	5	2	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	5	3	2	3	3	4	70
26	4	5	2	2	4	3	3	2	2	1	4	4	4	4	4	2	1	1	3	4	59
27	3	5	2	2	3	2	1	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	2	2	2	52
28	4	5	3	3	5	4	3	3	3	3	4	4	3	5	4	3	3	3	3	4	72
29	4	5	4	4	4	4	2	1	3	3	4	4	2	4	5	4	3	3	1	4	68
30	3	3	2	2	4	3	2	2	3	3	4	3	3	4	3	2	2	2	4	3	57
31	4	4	4	3	5	2	2	3	3	4	4	5	3	5	5	3	4	1	5	2	71

Lampiran 12

Hasil Uji Validitas Skala *Self Efficacy*

Uji Validitas			
Variabel <i>Self Efficacy</i> (X)			
Item	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0,609	0,3440	VALID
2	0,691	0,3440	VALID
3	0,488	0,3440	VALID
4	0,411	0,3440	VALID
5	0,526	0,3440	VALID
6	0,665	0,3440	VALID
7	0,428	0,3440	VALID
8	0,667	0,3440	VALID
9	0,598	0,3440	VALID
10	0,286	0,3440	TIDAK VALID
11	0,406	0,3440	VALID
12	0,530	0,3440	VALID
13	0,463	0,3440	VALID
14	-0,113	0,3440	TIDAK VALID
15	0,678	0,3440	VALID
16	0,626	0,3440	VALID
17	0,705	0,3440	VALID
18	0,167	0,3440	TIDAK VALID
19	0,687	0,3440	VALID
20	0,788	0,3440	VALID
21	0,507	0,3440	VALID
22	0,729	0,3440	VALID

Lampiran 13

Hasil Uji Validitas Skala Kecemasan Berbicara Didepan Umum

Uji Validitas			
Variabel Kecemasan Berbicara Didepan Umum (Y)			
Item	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0,641	0,3440	VALID
2	0,439	0,3440	VALID
3	0,497	0,3440	VALID
4	0,769	0,3440	VALID
5	0,530	0,3440	VALID
6	0,431	0,3440	VALID
7	0,691	0,3440	VALID
8	0,590	0,3440	VALID
9	0,612	0,3440	VALID
10	0,786	0,3440	VALID
11	0,459	0,3440	VALID
12	0,763	0,3440	VALID
13	0,307	0,3440	TIDAK VALID
14	0,396	0,3440	VALID
15	0,476	0,3440	VALID
16	0,087	0,3440	TIDAK VALID
17	0,692	0,3440	VALID
18	0,758	0,3440	VALID
19	0,763	0,3440	VALID
20	0,317	0,3440	TIDAK VALID
21	0,682	0,3440	VALID
22	0,529	0,3440	VALID
23	0,568	0,3440	VALID
24	0,063	0,3440	TIDAK VALID

Hasil Uji Reabilitas

a. *Self Efficacy*

Cronbach's Alpha	N of items
0,742	22

b. Kecemasan Berbicara Didepan umum

Cronbach's Alpha	N of items
0,745	24

Hasil Uji normalitas

One-Sampel Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		31
Normal parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	9.47155753
	Monst extreme differences	
	Absolute	.100
	Positiv	.100
	Negatif	-.079
Tesk Statistic		.100
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

- Test distribution is Normal.
- Calculated from data.
- Lilliefors Significance Correction.
- This is a lower bound of the true Significance

**Hasil uji linieritas
ANOVA Tabel**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KB * SE	Between Groups	(Combined)	2528.121	22	114.915	1.281	.376
		Linearity	904.920	1	904.920	10.086	.013
		Deviation from Linearity	1623.201	21	77.295	.862	.633
	Within Groups		717.750	8	89.719		
	Total		3245.871	30			

Hasil Uji Hipotesis

Correlations			
		<i>Self efficacy</i>	Kecemasan berbicara didepan umum
<i>Self efficacy</i>	Pearson Correlation	1	.514**
	Sig. (2-tailed)		.003
	N	31	31
Kecemasan berbicara didepan umum	Pearson Correlation	.514**	1
	Sig. (2-tailed)	.003	
	N	31	31

** . Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed).

DOKUMENTASI

Foto Saat Penelitian



UNIVERSITAS
KIAI HAJI RAJAHMAD SIDDIQ
JEMBER

Kamis, 02 Mei 2024

Menyebarkan kuisisioner kepada kelas X

BIODATA PENULIS

Nama : Emiliya Ramadhani
NIM : 201103050008
Tempat / tanggal lahir : Situbondo, 11 November 2002
Alamat : Pengabetan tengah, Desa Silomukti, Kecamatan
Mlandingan, Kabupaten Situbondo.
Email : emiliyaramadhani11@gmail.com
Fakultas : Dakwah
Prodi : Psikologi Islam
Riwayat Pendidikan : 1. SDN 1 Silomukti (2008-2014)
2. Mts Zainul Hasan 1 Genggong (2014-2017)
3. MA Zainul Hasan 1 Genggong (2017-2020)
4. UIN KHAS Achmad Siddiq Jember (2020-2024)

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER