

FENOMENA KETIDAKPERCAYAAN DIRI MAHASISWA IAIN SAMARINDA KETIKA BERBICARA DI DEPAN UMUM

Naomi Ainun Hasanah

Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Samarinda

Jl. H.A.M Rifaddin, Harapan Baru, Kec. Loa Janan Ilir, Kota Samarinda, Kalimantan Timur

Email : hepzhbahnay@gmail.com

Wildan Saugi

Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Samarinda

Jl. H.A.M Rifaddin, Harapan Baru, Kec. Loa Janan Ilir, Kota Samarinda, Kalimantan Timur

Email : wildan.saugi87@gmail.com

Abstrak

Kecemasan Berbicara di depan khalayak tentu bukan merupakan suatu fenomena yang asing lagi, yang mana kita ketahui bahwasanya kecemasan tersebut pun merupakan salah satu kecemasan terbesar yang dialami setiap individu. Disamping itu, juga memberikan pengaruh yang negatif dalam segala aspek kehidupan individu, Diantaranya ialah faset akedemis. Hal tersebut juga berdampak pada ketidakpercayaan diri mahasiswa, banyak yang menganggap bahwa apa yang dibicarakan tidak akan didengar, takut akan ada yang mengejek, dan bahkan merasa bahwa mereka tidak cukup baik dalam berbicara di depan khalayak. Dalam Artikel ini, penulis menggunakan jenis penelitian studi Kasus. Adapun orientasi dari penelitian ini ialah untuk mencari tahu faktor- faktor yang memengaruhi kecemasan berbicara di depan khalayak serta dampaknya terhadap kepercayaan diri, khususnya mahasiswa. Subyek yang diambil dalam Penelitian ini ialah Mahasiswa/I IAIN Samarinda, Program Studi Pendidikan Islam. Berdasarkan hasil wawancara terkait, Faktor penyebab mahasiswa sering kali merasa cemas didominasi berdasarkan tiga faktor yakni, Pengalaman Individu, faktor Citra Individu dan faktor Perspektif Negatif, dan hal tersebut sangat berdampak terhadap kepercayaan diri mereka.

Kata Kunci: *Kecemasan, Berbicara di khalayak umum, ketidakpercayaan, Mahasiswa*

A. Pendahuluan

Rasa Percaya diri yang ada dalam setiap individu kerap kali dikatakan sebagai kunci utama penentu kesuksesan Individu. Individu yang memiliki tingkat optimistis yang baik akan mudah menyesuaikan diri dalam lingkungan sekitar. Orang yang mahir secara intelegensi belum tentu mempunyai tingkat percaya diri yang baik. Individu dapat dikatakan tidak memiliki rasa percaya diri apabila mereka tidak berani untuk berbicara atau tampil di depan khalayak, merasa rendah diri untuk dapat mengungkapkan gagasannya dalam diskusi dan rapat. Rasa percaya diri

memiliki peran yang penting untuk semua individu dan sifatnya sangatlah dibutuhkan, khususnya untuk para mahasiswa dalam mendukung aktivitas perkuliahan dan organisasi sosial yang ada (Khoiriroh 2018:26). Tanpa adanya rasa percaya diri, Individu mungkin akan merasa terasingkan, bahkan mungkin mengira bahwa dirinya cukup aneh di mata khalayak umum.

Dalam melaksanakan aktivitas tentunya kita sangat membutuhkan rasa percaya diri misalnya saja ketika berada didepan khalayak untuk menyampaikan pidato, mempresentasikan sesuatu ataupun untuk menyampaikan pendapat yang kita punya. Oleh karena itu kepercayaan dalam diri seseorang sangat penting bagi setiap individu dalam menjalankan aktivitasnya sehari-hari. Individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi akan memiliki keberanian untuk mengeluarkan pendapat di depan khalayak, hal ini dikarenakan individu tersebut memiliki kemampuan untuk dapat mengontrol emosi ketika berada dalam tekanan tertentu. Individu juga mampu menguasai dirinya dalam bertindak dan menentukan saat yang tepat untuk melakukan suatu tindakan dalam menyelesaikan suatu permasalahan yang dihadapinya.

Individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah, memiliki perasaan negatif terhadap dirinya sendiri, memiliki keyakinan lemah terhadap kemampuan yang dimilikinya dan punya pengetahuan yang kurang akurat terhadap kapasitas yang dimilikinya. Kurangnya kepercayaan diri merupakan suatu kondisi dimana individu mengalami kebimbangan terhadap keyakinan akan kemampuan diri sendiri. M, Zein Hidayat mengemukakan bahwasanya individu yang merasa tidak percaya diri merupakan sosok yang tidak berani untuk mencoba suatu hal yang baru, mereka akan dengan mudah merasa bahwasanya ia tidak diinginkan dalam lingkungan sekitarnya, emosi terlihat kaku, mudah mengalami frustrasi hingga terkadang mengelakan potensi dan bakat yang dimiliki (Hidayat 2010).

Berbicara di depan khalayak, khususnya di hadapan *audiens* mungkin bagi sebagian individu merupakan persoalan yang mudah, namun tidak berlaku untuk yang lainnya. Sebagian orang akan merasa tersiksa dan terlihat kehabisan kata-kata apabila diminta untuk melakukan hal tersebut (Bukhori 2016:159). Kondisi seperti itu merupakan salah satu perwujudan dari kecemasan berbicara di depan umum, dimana individu merasakan situasi yang tidak nyaman ketika saat dan/atau berbicara di depan khalayak. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya reaksi fisik fisiologis juga psikologis setiap individu (Dewi & Andrianto, 2008: 9). Responi fisik fisiologis tersebut seperti jemari menjadi dingin, jantung berdebar kencang, keringat dingin, pening, nafas tidak teratur atau bahkan sesak nafas, sementara respon psikologis ditandai dengan adanya rasa ketakutan, susah berkonsentrasi, pesimis, dan gelisah (Daradjat 2001:21). Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Prasetya Chandra pada Tahun 2016, yang menunjukkan bahwasanya Sejumlah 72% mahasiswa memiliki tingkat kecemasan berbicara dalam kategori tinggi, dengan rata-rata skor keseluruhan 106,5865 yang termasuk dalam kategori tinggi yang artinya sering merasa jantung berdetak cepat, suara yang gemetar, kaki gemetar, berkeringat, kerap mengulang perkataan, sukar untuk mengingat ataupun melupakan hal penting, timbulnya rasa tidak mampu, rasa takut, rasa kehilangan kendali, dan tidak tahu apa yang akan dilakukan berikutnya.

Kecemasan berbicara di depan umum tentu dialami oleh setiap individu tak terkecuali mahasiswa, Kecemasan tersebut memiliki pengaruh negatif pada diri seorang mahasiswa terhadap tingkat kepercayaan diri individu baik pada saat duduk di bangku kuliah ataupun pasca lulus kelak (Aryadillah 2017:200). Pernyataan tersebut senada dengan hasil riset yang dilakukan oleh Prasetya Chandra pada tahun 2016, ia mengatakan bahwasanya terdapat korelasi

positif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Angkatan 2014 jurusan PGSD UNNES dengan r hitung $0,565 > r$ tabel $0,319$ dengan taraf signifikansi 5% . Hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri memberikan pengaruh $31,9\%$ terhadap kecemasan berbicara di khalayak umum, adapun sisanya yang berjumlah $68,1\%$ dipengaruhi oleh aspek atau variabel lainnya (Sugiharta 2016:60)

Adapun hasil penelitian yang dilakukan oleh Katerina Mengampang (Universitas Santa Dharma, Tahun 2016) ditemukan hasil bahwasanya terdapat 10 orang yang berada dalam kategori sangat tinggi dan tinggi (Mengampang 2016:55). Menurut Rogers (2004), salah satu faktor yang memengaruhi kecemasan berbicara di depan khalayak umum adalah pola pikir yang keliru. Seseorang yang hendak berbicara di depan umum berpikir bahwa dirinya sedang “diadili”, merasa bahwa penampilannya kurang menarik, gerak-gerik, dan ucapannya sedang menjadi perhatian banyak orang.

The People’s Almanac Book mengungkap hasil survey terhadap 3000 warga Amerika mengenai hal yang paling ditakuti oleh mereka, adalah pada saat berbicara di depan umum dengan jumlah 630 jiwa bersamaan 21% . Mereka berpendapat bahwasanya berbicara di depan umum merupakan sesuatu yang menegangkan dan menakutkan daripada kematian, dan semua ini berawal dari kurangnya rasa percaya diri individu (Iaidee 2018:1).

Fenomena kecemasan berbicara tersebut tidak serta-merta terjadi tanpa adanya faktor yang melatarbelakangi. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan oleh Muslimin (FSIP UNDIP), terdapat tiga faktor yang memengaruhi hal tersebut diantaranya faktor degree of evaluation, faktor subordinate status dan faktor Lack of Communication Skills and Experience, yang mana secara tidak langsung berpengaruh secara positif terhadap kecemasan berkomunikasi di depan khalayak. Hal ini juga diperkuat dengan adanya hasil data yang menunjukkan sebanyak $7,03$ persen atau sebagian besar responden dilatarbelakangi oleh faktor degree of evaluation yang tinggi, sedangkan $4,67$ diantaranya tidak merasa cemas ketika berkomunikasi di depan khalayak (Muslimin 2013:55).

Adapun besarnya pengaruh variabel *subordinate status* berdasarkan hasil penelitian terhadap kecemasan berbicara adalah sebesar $0,587$ atau $58,7$ persen. Dapat diambil kesimpulan bahwasanya sebesar $58,7$ persen variasi yang terjadi pada variabel kecemasan komunikasi dipengaruhi oleh variabel subordinate status. (Muslimin 2013:55–56)

Kemudian, berdasarkan faktor (*Lack of Communication Skills and Experience*) yang disinyalir merupakan faktor yang sangat penting dalam membentuk kemampuan orang dalam berkomunikasi. Ditemukan data sebanyak $62,62$ persen responden berada dalam kategori positif, bahkan sebesar $3,78$ persen responden lainnya tergolong memiliki Lack of Communication Skills and Experience yang tinggi. (Muslimin 2013:56)

Penelitian dalam artikel ini dilakukan untuk memberikan informasi yang relevan berdasarkan perkembangan hipotesis mengenai fenomena ketidakpercayaan diri mahasiswa/I ketika berbicara di depan khalayak. Alangkah baiknya jika kita sebagai mahasiswa/I mengetahui faktor apa saja yang melatarbelakangi kecemasan berbicara di depan khalayak serta dampaknya terhadap kepercayaan diri mahasiswa/I. Oleh sebab itu, melalui hasil penelitian ini diharapkan mahasiswa hendaknya dapat mengatasi serta meningkatkan kepercayaan diri dalam keterampilan berkomunikasi dengan baik untuk menunjang kemampuan *public speaking* yang dimilikinya (Khoiriroh 2018:104).

B. Metode Penelitian

Dalam penelitian kali ini, penulis akan menggunakan jenis penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang digunakan untuk menyelidiki, menemukan, menggambarkan, dan menjelaskan kualitas atau keistimewaan dari pengaruh social yang tidak dapat dijelaskan, diukur atau digambarkan melalui pendekatan kuantitatif (Saryono:13). Metode penelitian ini terfokus pada studi kasus yang meneliti suatu kasus atau fenomena tertentu yang ada didalam masyarakat yang dilakukan secara mendalam untuk mempelajari latar belakang, keadaan, dan interaksi yang terjadi. Studi kasus dilakukan pada suatu kesatuan sistem yang bisa berupa suatu program, kegiatan, peristiwa, atau sekelompok individu yang ada pada keadaan atau kondisi-kondisi tertentu. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan tujuan untuk mendeskripsikan objek penelitian ataupun hasil penelitian

Adapun sampel atau sasaran dalam penelitian ini ialah Mahasiswa/I IAIN Samarinda Jurusan Pendidikan Agama Islam. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan observasi dan wawancara. Kemudian instrument pengumpulan data yang digunakan disusun berdasarkan aspek- aspek kecemasan di depan umum, juga pengaruhnya terhadap kepercayaan diri Mahasiswa tersebut. Teknik Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis berupa reduksi data, Reduksi data adalah bentuk analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu dan mengorganisasi data sedemikian rupa sehingga kesimpulan akhir dapat diambil. Reduksi tidak perlu diartikan sebagai kuantifikasi data.

C. Temuan

A. DESKRIPSI INFORMAN PENELITIAN

Pada penelitian ini peneliti menjamin kerahasiaan identitas dari informan karena menyangkut privasi dari informan tersebut, sehingga peneliti hanya akan menjelaskan bagaimana latar belakang dari informan tanpa menyebutkan identitas. Peneliti melakukan wawancara mendalam kepada informan mengenai faktor kecemasan berbicara di depan umum serta dampaknya terhadap kepercayaan diri Mahasiswa/I IAIN Samarinda. Adapun informan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Informan 1

Informan 1 merupakan mahasiswa IAIN Samarinda angkatan 2018, Fakultas Tarbiyah dan ilmu keguruan. Adapun Prodi dari informan 1 ini adalah Pendidikan Agama Islam yang mengambil Kelas Khusus Internasional atau biasa yang disebut dengan (KKI). Informan kerap kali merasa cemas pada saat/akan berbicara di depan umum, hal ini ia rasakan mulai dari kecil hingga sekarang dan masih berusaha mencari cara untuk dapat mengatasi hal tersebut.

2. Informan 2

Informan 2 juga merupakan mahasiswa IAIN Samarinda Angkatan 2018, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan. Informan merupakan mahasiswa Prodi Manajemen Pendidikan Islam. Informan Kerap Kali mengikuti cabang lomba tilawah hingga

kancah nasional sejak duduk di kelas 2 SD dan pernah mengikuti cabang lomba Tahfidzul Qur'an.

3. Informan 3

Informan 3 merupakan mahasiswa IAIN Samarinda angkatan 2018, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan. Informan merupakan mahasiswa Prodi Pendidikan Agama Islam. Informan merupakan seorang mahasiswa yang kompetitif yang kerap kali mengikuti perlombaan yang berbagai macam, kebiasaan ini telah ia jalani sejak duduk di bangku Aliyah.

4. Informan 4

Informan Merupakan Mahasiswa IAIN Samarinda angkatan 2019, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan. Informan merupakan mahasiswa Prodi Pendidikan Agama Islam. Informan merupakan seorang mahasiswa yang aktif dalam organisasi baik internal maupun eksternal.

5. Informan 5

Informan Merupakan Mahasiswa IAIN Samarinda angkatan 2019, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan. Informan merupakan seorang mahasiswa yang kerap kali mengisi Habsyi di berbagai tempat.

B. DESKRIPSI HASIL TEMUAN

Pada deskripsi hasil penelitian, peneliti akan menampilkan tabel serta pemaparan jawaban dari para informan, kemudian peneliti melakukan kategorisasi faktor yang melatarbelakangi kecemasan berbicara di depan khalayak juga dampaknya terhadap kepercayaan diri mahasiswa IAIN Samarinda, jurusan Pendidikan Islam sesuai dengan jawaban dari hasil wawancara informan itu sendiri.

Tabel 1. Faktor Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Pertanyaan 1	Faktor apa yang memengaruhi kecemasan anda ketika berbicara di depan khalayak?	Kata Kunci	Klasifikasi
Informan 1	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Wktu kecil sih, ini alasanku juga knapa lebih suka menghindar sosial gtu, Pndidikan ortuku itu ceramah and marah, ga ada diskusi yg santai gtu 😊, Jdi klo dimarahi trus disuruh kita jawab, dan kujawab tu</i> 	Sejak Kecil, Tubuh Tidak menerima untuk show up	Pengalaman Individu, Citra Individu, dan Perspektif Negatif

	<p>eh tpi malah dblang ngelawan? Bngung dong krna mmg trnyata bgtu ya apapun klo lgi marah diam aja mau di tanya ato ngga,Tpi itu semua sangat kuwajarin aja krna skrng saya yg sekolah dan yg tau knapa bsa begtu ngedidik. Pkoknya utk sekarang ya bgtu susah yg aku rasakan utk ngmong</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cara ngmongku, prkataannya yg aneh, kdg ga relate ato kdg lelet menyampaikan yg mau disampaikan. Dan yg begitu smuanya tubuhku kek ga nerima utk show up/ ga bsa bwt timbul, kek dada ga bsa berenti deg degan, ga brenti gemeteran slruh badan, suara jga gemeteran smuanya smpee skrng 		
<p>Infroman 2</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ada sih saat SMA pernah maju pidato krna kbtulan saya waktu itu ketua Rohis di SMA saya nah pas saya bicara tuh semua orang ketawa liat saya trus di olok olok gitu makanya sampai skrng cemas betul • terus bawaan dari kecil sya orangnya pemalu gak suka di liat sama orang banyak, terus materi yg ingin disampaikan itu tdak dikuasai. klw faktornya karena tidak PD di lihat orang krna mimik wajah jelek , gemetar jua trus kringat dingin jadi klw berbicara tuh risih dan cemas 	<p>Pidato saat masa SMA, Pemalu, Mimik Wajah</p>	<p>Pengalaman Individu, Citra Individu dan Perspektif Negatif</p>

	<i>sblum berbicara depan umum , intinya gak PD sama wajah aja klw saya tuh</i>		
Infroman 3	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Kalau gemetaran mungkin di kalimat awal" itu pun yg gemetar bagian kaki kalau yg fatal itu sampai ketangan" juga faktor lainnya itu: Takut Salah ngomong (kata kata gak jelas gtu), perkataan ku salah salah takut d bantah Takut Tebelibit, Takut kalau orang melotot</i> • <i>Pernah awal" ya, aku tuh lomba pertama kali pas acara muhammadiyah fair di ewalk gak menang gara buyar dan lupa Teks jadi ngomong sembarang, jadi kalu lomba kadang masih keingat"</i> 	Gemetaran, Takut Salah, Buyar, Kalah	Pengalaman Individu, Citra Individu dan Perspektif Negatif
Infroman 4	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Ya pernah, panas dingin pas pegang kertas tangam sampai gemetaran.</i> • <i>Ada kayak takut salah saat berbicara, malu di liatin orang banyak, takut salah tingkah pas di depan. Lebih ke salah ngomong terus di ejek teman"</i> 	Panas Dingin, Takut salah dan diejek	Citra Individu, faktor Perspektif Negatif
Informan 5	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Iyaa mungkin itu sering saya alami terutama saat saya presentasi dikampus. Dikarenakan saya jarang berbicara didepan umum, yg kedua saya orangnya pemalu dan kurang pd, yg ketiga saya bingung bagaimana kah cara yg tepat untuk menjelaskan kepada para peserta, dan yg</i> 	Pemalu, Tidak Banyak Kosakata	Citra Individu, Perspektif Negatif

	<i>terakhir saya memiliki kosa kata yg kurang banyak.</i>		
--	---	--	--

Dari **Tabel 1.** Tersebut Nampak Jelas bahwa faktor- faktor yang melatarbelakngi terjadinya kecemasan pada saat berbicara di depan umum ialah Pengalaman Individu, faktor Citra Individu dan faktor Perspektif Negatif.

Table 2. Dampak Kecemasan Berbicara di Depan umum terhadap Kepercayaan Diri

Pertanyaan 2	Apakah kecemasan berpengaruh terhadap kepercayaan diri anda?	Kata Kunci	Klasifikasi
Informan 1	<ul style="list-style-type: none"> <i>Tentu dan aku pengidapnya, Dgn cemas brtti artinya sdg ada ketidakpercayaan dirinya/sdg ada yg ditakutinya. Dan impactnya pesimis utk bersuara</i> 	Tentu	Positif
Informan 2	<ul style="list-style-type: none"> <i>Iya sangat berpengaruh sekali , krna salah satu penunjang berhasil nya mahasiswa itu adalah kepercayaan diri nya saat ia publik speaking krna nntinya ia akan mudah saat berada di</i> 	Sangat	Positif

	<i>masyarakat nnti klw kepercayaan diri nya sdah di kuasai</i>		
Informan 3	<ul style="list-style-type: none"> <i>Sangat berpengaruh karna cemas itu menurut ku bagian dapi Fikiran" negatif jadi jauhkan fikiran" negatif sebelum majuu yakin ajja berfikir positif thingking ajjj pasti bisaaa perilaku seseorang terkadang juga bisa sesuai dgn apa yg pikirkan loh</i> 	Sangat	Positif
Informan 4	<ul style="list-style-type: none"> <i>Menurut sangat berpengaruh buat aku kecemasan yang berlebihan bisa bikin kepercayaan diri menurun, Untuk memperjelas aja. Berpengaruh tidaknya kecemasan terhadap percaya diri tergantung tingkat</i> 	Sangat	Positif

	<p><i>kecemasan itu kalo berlebihan ya sangat berpengaruh, walaupun terlihat sangat percaya diri mungkin masih ada sedikit kecemasan saat berbicara di depan umum. Menurut ku cukup itu aja kayaknya</i></p>		
Informan 5	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Kecemasan ini sangat mempengaruhi saya dikarenakan yaitu kurangnya public speaking, kurangnya kita mengolah kata2 yg ada dipikiran kita maka dari itu dibutuhkan latihan salah satunya dengan kita mengikuti organisasi</i> 	Sangat	Positif

Tabel 2. Menggambarkan tentang pengaruh kecemasan berbicara di depan khalayak terhadap kepercayaan diri mahasiswa/I IAIN Samarinda, dari beberapa hasil wawancara tersebut jelas terlihat bahwasanya hal tersebut sangat berpengaruh pada kepercayaan diri mahasiswa/ I IAIN Samarinda, khususnya ketidakpercayaan diri pada saat mengeluarkan pendapat dan suara.

D. Pembahasan

Kecemasan berbicara di depan umum merupakan keadaan tidak nyaman yang sifatnya tidak menetap pada individu. Keadaan tersebut dialami ketika membayangkan akan tampil berbicara di depan umum, saat menjelang berbicara di depan umum dan pada saat sedang berbicara di depan orang banyak. Berdasarkan Hasil wawancara mendalam dari 5 informan yang sering merasakan kecemasan pada saat berbicara di depan umum, menunjukkan bahwa terdapat beberapa faktor yang memengaruhi kecemasan tersebut, diantaranya seperti faktor Pengalaman Individu, Citra Individu dan serta Perspektif Negatif dari masing- masing informan (**Lihat Tabel 1**).

Dari beberapa informan tersebut memiliki faktor kecemasan yang sama walaupun dengan situasi yang berbeda. Berdasarkan beberapa bukti wawancara tersebut dapat peneliti simpulkan bahwasanya faktor terbesar yang sangat memengaruhi kecemasan mahasiswa/I IAIN Samarinda ialah faktor dari pengalaman individu seorang mahasiswa tersebut. Hal ini dikarenakan pengalaman individu berpengaruh pada pola perkembangan Seseorang dan dapat memberikan efek serta pengaruh yang besar dikemudian hari baik secara positif maupun negatif. Hal tersebut juga selaras dengan hasil analisis data oleh Muslimin (FSIP UNDIP), hipotesis penelitian menyatakan bahwa faktor *degree of evaluation, faktor subordinate status dan faktor Lack of Communication Skills and Experience*(Devito 2019), berpengaruh secara positif terhadap kecemasan berkomunikasi di depan umum.

Adapun dampaknya terhadap kepercayaan diri mahasiswa/I menunjukkan hasil yang positif, dalam artian kecemasan berbicara di depan umum tersebut sangat berdampak atau memengaruhi kepercayaan diri mahasiswa/I IAIN Samarinda, khususnya pada mahasiswa/I jurusan Pendidikan Islam (**Lihat Tabel 2**). Hal ini juga sejalan dengan adanya penelitian yang mengatakan bahwa Hal ini menunjukan bahwa kepercayaan diri memberikan pengaruh 31,9% terhadap kecemasan berbicara di depan umum, Sehingga sisanya 68,1% dipengaruhi oleh faktor lain atau variabel-variabel yang lain (Sugiharta 2016:60)

E. Kesimpulan

Dapat kita ketahui bahwasanya kecemasan berbicara di depan kahalayak merupakan suatu kondisi yang tidak nyaman dan sifatnya tidak menetap pada individu. Hal ini tentu banyak dirasakan oleh setiap individu, khususnya pada mahasiswa/I. Kecemasan ini muncul didasari oleh berbagai macam alasan yang dilontarkan serta beberapa faktor yang memengaruhi seperti pada hasil penelitian, beberapa diantaranya ialah faktor Pengalaman Individu, Citra Individu dan Perspektif Negatif dari setiap individu. Disamping itu pula, tentu kecemasan berbicara tersebut juga sangat memiliki pengaruh yang besar terhadap ketidakpercayaan diri mahasiswa/I IAIN, dilansir dari hasil penelitian. Adapun upaya dari informan tersebut dalam mengurangi kecemasan serta meningkatkan kepercayaan diri individu ialah dengan terus berdoa, berlatih, berusaha, serta melatih skill dengan cara aktif mengikuti diskusi di dalam kelas, mengajukan pertanyaan dan pendapat, serta mendalami teknik- teknik dalam *Public speaking*

Referensi

- Aryadillah. 2017. "Kecemasan Dalam Public Speaking (Studi Kasus Pada Presentasi Makalah Mahasiswa)." *Cakrawala* 17(2):198–206.
- Bukhori, Baidi. 2016. "Kecemasan Berbicara di Depan Umum Ditinjau dari Kepercayaan Diri dan Keaktifan Dalam Organisasi Kemahasiswaan." *Jurnal Komunikasi Islam* 6(1):158–86.
- Devito, Joseph A. 2019. "FIFTEENTH EDITION The Interpersonal Communication Book." Hal. 1–20 in.
- Hidayat, M. Zein. 2010. *Hipnoteterapi Untuk Anak Yang Kurang Percaya Diri*. Tiga Kelana.
- Iaidee, Hasdy Bin (UIN Sunan Ampel Surabaya). 2018. "Terapi Positive Feeling Untuk Mengatasi Kurang Percaya Diri Berbicara di Depan Umum Terhadap Seorang Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (UINSA)."
- Jati, Robi Setiawan (Universitas Muhamadiyah Purwokerto). 2014. "Hubungan antara keterampilan komunikasi, kepercayaan diri dan Self Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mhasiswa Keperawatan S1 Angkatan 2010 di Universitas Muhamadiyah Purwokerto."
- Khoiriroh, Nahar (Universitas Negeri Yogyakarta). 2018. "Pengaruh Kepercayaan Diri dan Keterampilan Berkomunikasi Terhadap Kemampuan Public Speaking Mahasiswa Program Studi Pendidikan Administrasi Perkantoran Fakultas Ekonomi Universitas Yogyakarta."
- Kholisin. 2014. "Kecemasan Berbicara Ditinjau Dari Konsep Diri Dan Kecerdasan Emosional." *Jurnal Ilmu Dakwah* 34(1):77.
- Mangampang, Katerina. 2016. "Tingkat Kecemasan Mahasiswa Berbicara di Depan Umum dan Implikasinya Terhadap Pengembangan Program Bimbingan Peningkatan Kepercayaan Diri Berbicara di Depan Kelas." Sanata Dharma.
- Muslimin, Khoirul (FISIP UNDIP). 2013. "Faktor - Faktor yang Memengaruhi Kecemasan Berrkomunikasi di Depan Umum (Kasus Mahasiswa Fakultas Dakwah INISNU Jepara)."
- Saryono. n.d. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. ASIBeta.
- Setiawan, Robby. 2014. "Hubungan Antara Keterampilan..., Robi Setiawan Jati, Fakultas Ilmu Kesehatan UMP, 2014."
- Sugiharta, Prasetya Chandra. 2016. "Hubungan kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa pgsd ngaliyan universitas negeri semarang." Universitas Negeri Malang.
- Setianingrum, Agustina Ari. 2015. "Upaya mengurangi kecemasan berbicara di depan umum menggunakan teknik relaksasi." *Jurnal Bimbingan Konseling* 1:1–12
- Z, Daradjat. 2001. *Kesehatan Mental*. Jakarta: PT Toko Gunung Agung.