

Info Artikel:

Diterima 01/01/2013

Direvisi 12/01/2013

Dipublikasikan 01/03/2013

HUBUNGAN ANTARA KETERAMPILAN KOMUNIKASI DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM (Studi Korelasional Terhadap Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP Angkatan 2011)

Ririn¹, Asmidir²& Marjohan³ dll

Communication skills are essential for students, where is communication skills is an ability for extending message exactly to others and students be able to perform in front of public. Infact that there is a student who tends to have less verbal, fail to express thoughts and ideas in his mind, get anxious on public speaking, feel heart beats very fast and perspire just before starting a speech, a feeling of helplessness building up when speaking on public speaking. This study aims to know the relationship between communication skills with public speaking anxiety. Correlation Product moment analysis showed that there was a significant correlation between skills communication and public speaking anxiety $r = -0,785$ $p < 0,01$. The result showed that there was a negative correlational between skills communication with public speaking anxiety. It means the higher students skills communication then their public speaking anxiety level becomes lower and contrary, lower students skills communication then their public speaking anxiety level become higher.

Keyword: *communication skills; public speaking anxiety*

PENDAHULUAN

Universitas Negeri Padang merupakan salah satu perguruan tinggi negeri yang menerapkan beberapa kebijakan yang ditujukan untuk menghasilkan lulusan yang tidak saja ahli dalam sendi keilmuan, namun juga mempunyai kedalaman spiritual dan keluruhan akhlak. Sebagaimana misi Universitas Negeri Padang (UNP) untuk menjadi perguruan tinggi terkemuka dalam penyelenggaraan pendidikan, pengajaran, dan penelitian serta pengabdian kepada masyarakat.

Berdasarkan hal tersebut menuntut fungsi perguruan tinggi untuk menghasilkan sumber daya manusia yang mampu tampil ketengah-tengah masyarakat. Terlebih bagi mahasiswa calon tenaga pendidik yang harus menyesuaikan diri dengan tuntutan dunia pendidikan yang semakin maju, dari sisi keilmuan dan maupun metodologi pengajaran. Oleh karena itu penting bagi UNP untuk segera menghasilkan lulusan-lulusan profesional dalam bidang pendidikan.

Khusus pada Jurusan Bimbingan dan Konseling di Fakultas Ilmu Pendidikan UNP yang akan menghasilkan sarjana Bimbingan dan Konseling, diharapkan nantinya mahasiswa tidak hanya menguasai ilmu secara teori namun juga

dapat mengimplementasikannya sehingga terbentuk guru konseling yang professional. Untuk dapat menjadi guru konseling yang professional diperlukan banyak latihan dan pengalaman. Latihan dan pengalaman tersebut dapat diperoleh dengan mengikuti perkuliahan yang menuntut mahasiswa untuk aktif, kritis dan kreatif. Mahasiswa yang aktif, kritis dan kreatif dapat menunjang pemahaman dan penguasaan materi perkuliahan sehingga apa yang menjadi tujuan dari Jurusan Bimbingan dan Konseling dapat tercapai.

Sehubungan dengan hal itu, metode pembelajaran yang diselenggarakan di Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP dominan menggunakan diskusi kelompok dan presentasi yang menuntut mahasiswa mampu berbicara di depan banyak orang. Namun dalam prakteknya, banyak aspek yang menjadi kendala bagi mahasiswa calon pendidik untuk menjadi profesional, tidak jarang mahasiswa merasa cemas untuk mengungkapkan pikirannya secara lisan baik pada saat diskusi kelompok, maupun saat mempresentasikan tugas dan kecemasan tersebut mempengaruhi penampilannya.

Menurut Tarigan (1981:15) berbicara adalah kemampuan untuk mengucapkan kata-kata, untuk megekspresikan, serta menyampaikan pikiran, gagasan dan perasaan.

¹Ririn1, Jurusan, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, email: ririn.putrinadia82@gmail.com

²Asmidir2, Jurusan, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang

³Marjohan3, Jurusan, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang

Sedangkan berbicara di depan umum adalah suatu variasi atau perluasan percakapan, dimana seorang pembicara menghadapi pendengar dalam jumlah banyak yang bertujuan untuk mempublikasikan informasi dalam situasi tatap muka (Devito, 1995:361).

Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan pada beberapa orang mahasiswa angkatan 2011 di Jurusan Bimbingan dan Konseling tanggal 10 April 2012 diperoleh informasi bahwa, mereka mengalami kecemasan jika harus berbicara di depan kelas, terutama pada saat mempresentasikan makalah, mempresentasikan tugas sehingga materi yang sudah dikuasai tidak bisa disampaikan dengan baik. Mahasiswa juga mengungkapkan menjelang presentasi merasa berkeringat, jantung berdetak kencang, badan gemetar, merasa selalu dinilai oleh orang lain atas setiap perbuatannya, takut jika nantinya ada pertanyaan dari audien.

Kondisi yang sama didapat dari hasil observasi yang telah peneliti lakukan pada tanggal 13 April 2012 pada saat mahasiswa melakukan presentasi di dalam kelas. Dari observasi dapat ditemukan bahwa beberapa mahasiswa yang sedang melakukan presentasi tidak menatap audien atau forum, matanya selalu tertuju pada lembaran makalah yang sedang dibaca, kesulitan untuk melanjutkan apa yang ingin dijelaskan, kata-kata yang telah disusun rapi untuk diutarakan banyak lupa untuk disampaikan, bingung dengan apa yang akan diucapkan sehingga sering mengulang kalimat yang sama sewaktu melakukan presentasi.

Kecemasan adalah suatu kondisi adanya tekanan fisik dan psikis akibat adanya tuntutan dalam diri dan lingkungan (Rathus dan Nevid, 2005:163). Artinya bahwa seseorang dapat dikatakan mengalami kecemasan, ketika individu mengalami suatu kondisi adanya tekanan dalam diri akibat tuntutan-tuntutan yang berasal dari dalam diri dan lingkungannya.

Kecemasan tidak selalu berdampak negatif pada diri individu, tetapi kecemasan dapat berdampak positif. Kecemasan dapat bermanfaat bila memotivasi kita untuk belajar dengan baik, akan tetapi kecemasan bisa menjadi abnormal bila tingkatannya tidak sesuai dengan proporsi ancaman (Rathus dan Nevid, 2005:163). Perbedaan dampak kecemasan pada diri individu disebabkan oleh adanya perbedaan karakteristik masing-masing individu. Perbedaan karakteristik tersebut akan menentukan respon individu terhadap stimulus yang menjadi sumber kecemasan, sehingga respon setiap individu akan berbeda-beda meskipun stimulus yang menjadi sumber kecemasannya sama.

Natalie Rogers (2004:20) menyatakan kecemasan dapat menyebabkan gangguan pada komponen fisik, proses mental dan komponen

emosional. Individu yang mengalami kecemasan cenderung mengalami gangguan pada komponen fisik yang biasanya dirasakan jauh sebelum memulai pembicaraan, seperti detak jantung yang semakin cepat, kaki gemetar, gangguan tidur dan berkeringat. Komponen proses mental seperti kekacauan fikiran yang menyebabkan adanya kesulitan dalam konsentrasi dan kesulitan dalam mengingat. Gangguan emosi yang sering dialami oleh individu adalah ketidakstabilan emosi seperti mendadak munculnya perasaan tidak berdaya, munculnya rasa panik dan malu setelah pembicaraan berakhir.

Sedangkan Philips (dalam Apollo, 2007) menyebut kecemasan berbicara di depan umum dengan istilah *reticence*, yaitu ketidakmampuan individu untuk mengembangkan percakapan yang bukan disebabkan oleh kurangnya pengetahuan akan tetapi karena adanya ketidakmampuan menyampaikan pesan secara sempurna, yang ditandai dengan adanya reaksi secara psikologis dan fisiologis. Masing-masing gejala yang ditunjukkan ketika mengalami kecemasan berbicara di depan umum tidak dapat berdiri sendiri, tetapi masing-masing gejala saling berhubungan. Individu yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum akan mengalami gejala pada psikologisnya, akan mempengaruhi fisiologis dan kognitifnya semua gejala tersebut saling timbal balik satu dengan yang lainnya.

Ketidakmampuan mengungkap keinginan, perasaan, mengekspresikan apa yang ada dalam diri individu, menjadi suatu masalah baru yang sulit untuk diselesaikan, sehingga individu memerlukan sebuah pengalaman, kemampuan dan keterampilan yang berdampak pada kemampuan akademik yaitu keterampilan berkomunikasi.

Keterampilan komunikasi tidak hanya sebatas menerima atau menyampaikan informasi, tetapi juga termasuk didalamnya menggali informasi. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan Permasih (2005:15) dalam penelitiannya yang menyatakan, keterampilan komunikasi adalah kemampuan seorang komunikator dalam memberi informasi yang didapat kepada komunikan secara efektif agar informasi yang disampaikan dapat dipahami oleh pihak komunikan sehingga komunikasi berkembang secara mendalam dan individu yang terlibat didalamnya merasakan kesatuan perasaan timbal balik yang hampir sempurna.

Kemampuan untuk menciptakan komunikasi yang efektif menyebabkan individu yang terlibat dalam proses komunikasi merasa senang, sehingga mendorong tumbuhnya sikap saling terbuka (Jalaluddin Rakhmat, 1998:13).

Sebaliknya, bila komunikasi tidak berjalan efektif maka pelaku komunikasi mengembangkan sikap tegang, perasaan tidak nyaman, dan menutup diri. Adanya perasaan tegang, tidak nyaman, dan menutup diri merupakan sebagian dari gejala kecemasan (Sarafino, 1994:84).

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan maka fokus penelitian ini adalah 1) Mengungkap gambaran keterampilan komunikasi mahasiswa 2) Mengungkap gambaran kecemasan berbicara di depan umum 3) Hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum.

METODOLOGI

Penelitian ini berbentuk penelitian kuantitatif dengan pendekatan analisis deskriptif korelasional yang bertujuan untuk mendeskripsikan dan mengetahui hubungan antar variabel penelitian. Penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu; keterampilan komunikasi (X) merupakan variabel bebas dan kecemasan berbicara di depan umum (Y) merupakan variabel terikat.

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011 yang berjumlah 211 orang dan jumlah sampel sebanyak 68 orang dengan menggunakan teknik *proportional random sampling*. Alat pengumpul data angket. Data yang telah terkumpul dianalisis dengan menggunakan teknik persentase dan korelasi *product moment* yang diolah dengan program computer SPSS (*statistical Product and Service Solution*) *relase 17.0 for windows*).

HASIL

penelitian tentang hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011 maka diperoleh hasil seperti berikut:

Tabel 1. Gambaran keterampilan komunikasi mahasiswa (Variabel X)

Kategori	Skor	f	Persentase
Tinggi	$X > 200$	18	26,47
Sedang	$150 \leq X \leq 200$	10	14,70
Rendah	$100 \leq X < 150$	33	48,53
Sangat Rendah	$X < 100$	7	10,30
Jumlah		68	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 68 mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling

FIP UNP angkatan 2011, perolehan terbesar berada pada kategori rendah yakni sebanyak 33 orang mahasiswa (48,53%). Artinya sebagian besar mahasiswa belum terampil dalam berkomunikasi.

Tabel 2. Gambaran Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Variabel Y)

Kategori	Skor	f	Persentase
Tinggi	$X > 120$	29	42,7
Sedang	$90 \leq X \leq 120$	17	25
Rendah	$60 \leq X < 90$	19	27,9
Sangat Rendah	$X < 60$	3	4,4
Jumlah		68	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 68 mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011, perolehan terbesar berada pada kategori tinggi yakni sebanyak 29 orang mahasiswa (42,65%). Artinya sebagian besar mahasiswa memiliki kecemasan yang tinggi ketika berbicara di depan umum .

Selanjutnya untuk melihat hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011, digunakan *analisis Pearson Product Moment* dengan perhitungan menggunakan bantuan computer program SPSS *versi 17.00*, hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum.

Variabel	n	r hitung	r tabel	Sig
Keterampilan komunikasi	68	- 0,785	0,200	0,001
Kecemasan berbicara di depan umum				

Hasil uji hipotesis dimaksudkan untuk mengetahui hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011. *Analisis Pearson Product Moment* menunjukkan seberapa besar hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum sig = <0,001 dan r table sebesar -0,785. Hasil tersebut membuktikan bahwa terdapat hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa

Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011.

PEMBAHASAN

Pembahasan ini dilakukan berdasarkan pertanyaan penelitian yaitu bagaimana gambaran keterampilan komunikasi mahasiswa. Bagaimana gambaran kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa. Sejauh mana hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011.

1. Keterampilan Komunikasi Mahasiswa

Berdasarkan hasil analisis data, menunjukkan pada umumnya keterampilan komunikasi mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2011 berada pada kategori rendah, yaitu sekitar 48,52% dari keseluruhan responden dalam penelitian ini. Mahasiswa yang berada pada kategori rendah diasumsikan belum mencapai tingkat keterampilan komunikasi yang optimal yaitu kemampuan yang rendah terhadap pengiriman pesan atau informasi yang disertai *feedback* sehingga individu mengalami kegagalan dalam menyampaikan apa yang dipikirkan dan dirasakan.

Keterampilan komunikasi merupakan kemampuan seorang individu untuk melakukan komunikasi yang efektif dengan orang lain. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Suranto (2011:79), "Komunikasi dianggap efektif jika dua individu atau lebih yang terlibat interaksi memahami pesan yang disampaikan dengan benar, dan memberikan respon sesuai dengan yang diinginkan".

Mahasiswa yang tidak mampu berkomunikasi akan mengalami persoalan yaitu sulit menyesuaikan diri, mudah marah, cenderung memaksakan kehendak, dan ingin menang sendiri (Tedjasaputra, 2004:34). Sehingga hal tersebut dapat mengakibatkan mahasiswa mengalami kegagalan dalam proses kehidupannya.

Sejalan dengan penelitian Vance Packard 1974 (dalam Apollo, 2007:17-32) "Apabila seseorang mengalami kegagalan dalam melakukan komunikasi dengan orang lain akan menjadikannya agresif, senang berkhayal, dingin, sakit fisik dan mental, mengalami *flight syndrome* (ingin melarikan diri dari lingkungannya). Individu yang mengalami kegagalan dalam berkomunikasi akan mengalami kesulitan dalam melakukan interaksi yang lebih luas.

Dengan demikian, keterampilan komunikasi yang dimiliki oleh mahasiswa menunjukkan tingkat pencapaian yang belum optimal perlu dilakukan upaya peningkatan dan

pengembangan sehingga mahasiswa memiliki kemampuan berkomunikasi yang baik dalam rangka untuk meningkatkan kemampuan mahasiswa untuk melakukan komunikasi yang efektif.

2. Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Berdasarkan hasil analisis data, menunjukkan pada umumnya kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2011 berada pada kategori tinggi, yaitu sekitar 42,65% dari keseluruhan responden dalam penelitian ini. Mahasiswa yang teridentifikasi mengalami kecemasan pada kategori tinggi diasumsikan karena adanya tekanan sebagai suatu respon terhadap situasi berbicara di depan umum yang penuh dengan dinamika. Natalie Rogers (2004:20) menyatakan bahwa, "Gejala kecemasan berbicara di depan umum pada dasarnya diamati pada manifestasi gejala fisik, gejala proses mental, dan gejala emosi yang tidak terkendali". Ketidakmampuan mengendalikan kondisi tersebut membuat mahasiswa akan semakin terlihat kondisi kecemasan yang dihadapinya. Jika tidak dilakukan penanganan segera, maka kemungkinan besar kecemasan mahasiswa akan berubah menjadi masalah serius, bahkan bisa jadi dapat mengalami stress dikemudian hari.

Pikiran yang tegang membuat mahasiswa tidak konsentrasi ketika berbicara di depan banyak orang, mengalami kebingungan dan tidak tahu apa yang harus dilakukan ketika tiba gilirannya untuk berbicara. Perasaan mahasiswa yang merasa dirinya terancam dan mempersepsikan kegiatan berbicara di depan umum sebagai masalah besar membuat mahasiswa khawatir, gelisah dan takut sehingga dalam situasi tersebut mahasiswa akan mengalami rasa cemas menghadapi berbicara di depan umum. Kondisi sangat cemas membuat mahasiswa tidak bisa mengendalikan perilaku motoriknya, sehingga muncul reaksi gemetar, gugup, saat berada dalam situasi berbicara di depan banyak orang. Tidak terkendalinya manifestasi gejala fisik, proses mental, dan gejala emosi tersebutlah yang membuat mahasiswa mengalami kecemasan tingkat tinggi ketika berbicara di depan umum.

Perasaan-perasaan yang tidak terkendali tersebut menunjukkan mahasiswa berada dalam kondisi yang cemas. Mahasiswa memandang bahwa berbicara di depan umum yang dilakukannya dianggap sebagai ancaman dan tantangan yang sangat sulit untuk dihadapi. Intensitas perasaan ini dapat ringan atau cukup berat sampai menyebabkan kepanikan, dan intensitas dapat meningkat atau menghilang

tergantung pada kemampuan daya dorong individu dan sumber-sumber yang menyebabkan kecemasannya pada waktu tertentu.

Sisi lain dari kecemasan adalah suatu emosi normal yang diperlukan untuk memotivasi diri. Artinya, mahasiswa juga perlu merasa cemas sebagai daya dorong untuk memotivasi diri salah satunya dalam kegiatan berbicara di depan umum. Namun kecemasan yang tinggi sudah tentu dapat mengganggu mahasiswa. Kondisi tersebut akan terus berkembang dan tentunya akan menimbulkan masalah lain yang lebih kompleks.

Dengan demikian, kecemasan berbicara di depan umum yang tinggi tentunya menghambat tujuan belajar yang ingin dicapai oleh mahasiswa. perlu dilakukan upaya peningkatan dan pengembangan sehingga mahasiswa memiliki kemampuan berkomunikasi yang baik dalam rangka untuk meningkatkan kemampuan mahasiswa untuk melakukan komunikasi yang efektif.

3. Hubungan antara Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Setelah dilakukan pengolahan data dengan menggunakan program *Statistical Product and Solution (SPSS) for Windows Version 17.0* dengan menggunakan teknik *Pearson* maka diperoleh *Pearson Correlation* sebesar $-0,785$ dengan taraf signifikansi $0,001$ sehingga dapat ditafsirkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011. Angka koefisien korelasi sebesar $-0,785$ ini menunjukkan arah hubungan yang negatif. Artinya, semakin tinggi keterampilan komunikasi mahasiswa maka semakin rendah kecemasannya berbicara di depan umum, sebaliknya semakin rendah keterampilan komunikasi mahasiswa maka semakin tinggi kecemasannya berbicara di depan umum.

Oleh sebab itu dapat digambarkan bahwa seorang mahasiswa yang memiliki keterampilan komunikasi yang baik akan terlihat lebih mampu berada dalam situasi berinteraksi di depan orang banyak. Sehingga mahasiswa yang memiliki keterampilan komunikasi yang tinggi cenderung tidak akan mengalami hambatan yang berarti dalam proses berhubungan dengan orang-orang yang ada disekitarnya, baik di lingkungan kampus maupun di lingkungan masyarakat. Hal ini dapat terjadi karena komunikasi merupakan salah satu komponen yang dapat memupuk hubungan seseorang dengan yang lainnya, karena pesan dalam komunikasi dapat memberikan

kesenangan dan kenyamanan pada diri seseorang.

Sebagaimana yang dikemukakan oleh Hardjana (2003:5), "Komunikasi adalah suatu proses penyampaian dan penerimaan lambang dan mengandung arti, baik berupa informasi, pemikiran, pengetahuan atau yang lainnya, dari komunikator ke komunikan". Pesan yang disampaikan dalam komunikasi biasanya dalam bentuk lambang yang mengandung arti yang sangat luas dan tidak terbatas pada ide atau gagasan saja, tetapi dapat juga berupa informasi dan pengetahuan. Komunikasi merupakan sarana untuk memenuhi kebutuhan sosial. Melalui komunikasi seseorang dapat memenuhi kebutuhan akan rasa ingin tahu, kebutuhan aktualisasi diri, dan kebutuhan untuk menyampaikan ide, pemikiran, pengetahuan dan informasi secara timbal balik kepada orang lain.

Komunikasi yang berjalan tidak efektif, menyebabkan pelaku komunikasi mengembangkan sikap ketidaksenangan dan menutup diri (Jalaluddin Rakhmat, 1992:13-14).

Sikap ketidaksenangan dapat menyebabkan ketegangan pada individu. Adanya ketegangan, dan sikap menarik diri dari lingkungan pergaulan mengindikasikan adanya gejala kecemasan pada diri individu. Burgoon dan Ruffner (dalam Norita Roza, 2010:34), menjelaskan hambatan komunikasi sebagai bentuk reaksi negatif dari individu berupa kecemasan yang dialami seseorang ketika berkomunikasi, akan merasa cemas bila berpartisipasi dalam bentuk yang lebih luas, seperti berbicara di muka umum. Individu tidak mampu untuk mengantisipasi perasaan negatifnya, dan sedapat mungkin berusaha untuk menghindari situasi berbicara di depan banyak orang.

Lazarus (Apollo, 2007:17-32) menjelaskan lebih lanjut bahwa, "Perasaan cemas sebenarnya merupakan pengalaman yang samar-samar disertai dengan adanya perasaan tidak berdaya". Sifat kecemasan dikatakan subjektif, artinya bahwa kejadian yang menjadi penyebab dan reaksi yang dialami tiap individu berbeda. Pada umumnya tanda-tanda yang menyertai kecemasan pada tiap orang adalah sama, yaitu ditandai dengan perubahan psikologis seperti perasaan tegang, takut, khawatir, perubahan fisiologis seperti denyut jantung, pernafasan, dan tekanan darah yang meningkat (Rogers, 2004:21).

Temuan hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Asserdorf, 1975 (dalam Tubb dan Moss, 1994:186) yang menunjukkan bahwa orang yang memiliki kecemasan memang memiliki skor rendah dalam keterampilan interpersonal dan bahwa mereka tidak mampu

memberikan respons pada waktu serta tempat yang tepat dalam interaksi sosial. Individu memiliki kecenderungan menghindari dari segala aktifitas sosial dan menunjukkan kemampuan komunikasi dan koordinasi yang rendah. Asserdorf menemukan bahwa mahasiswa yang mengalami kecemasan cenderung merasa terancam ketika harus berangkat kuliah dan meninggalkan rumahnya, tidak banyak memiliki teman, dan merasa kesepian.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengolahan data yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, maka kesimpulan pada penelitian ini adalah: (1) Keterampilan komunikasi mahasiswa berada pada kategori rendah (48,53%). (2) Kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa berada pada kategori tinggi (42,65%). (3) Terdapat hubungan yang signifikan antara keterampilan komunikasi dengan Pearson Correlation sebesar $-0,785$ p $0,001$ dengan tingkat hubungan *kuat*. Tanda korelasi menunjukkan arah *negative*. Artinya semakin tinggi keterampilan komunikasi mahasiswa maka semakin rendah kecemasannya berbicara di depan umum. Sebaliknya semakin rendah keterampilan komunikasi mahasiswa maka semakin tinggi kecemasannya berbicara di depan umum.

SARAN

1. Berdasarkan penelitian ini disarankan agar mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011 untuk meningkatkan keterampilan komunikasi sehingga kecemasan berbicara di depan umum yang berada pada kategori tinggi dapat berkurang.
2. Kepada peneliti selanjutnya, disarankan untuk meneliti faktor-faktor penyebab kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa selain dari faktor keterampilan komunikasi, seperti kompetensi sosial, konsep diri, harga diri, dan penerimaan diri.

DAFTAR RUJUKAN

- A. Muri Yusuf. 2005. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press.
- A. Supratiknya. 1995. *Komunikasi Antarpribadi Tinjauan Psikologis*. Yogyakarta: Kanisius.
- Apollo. 2007. Hubungan antara Konsep Diri dengan Kecemasan Berkomunikasi Secara Lisan pada Remaja. *Manasa*. Vol 1, No 1, Juni 2007 (17-32). (online).<http://www.pdf-search-engine.com/kecemasan-berkomunikasi-pdf.html>. Tanggal Akses 2 April 2012.
- Atkinson. 1996. *Pengantar Psikologi Jilid II*. Jakarta: Erlangga.
- Depdikbud. 1996. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka.
- Fakultas Ilmu Pendidikan. 2007. *Pedoman Akademik 2007/2008*. Padang:UNP.
- Jalaluddin Rakhmat. 1992. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Joseph. A. Devito. 1997. *Komunikasi Antarmanusia*. Alih Bahasa Agus Maulana. Jakarta: Professional Books.
- Mulyadiana. 2000. *Kemampuan Berkomunikasi Siswa Madrasah Aliyah Melalui Pembelajaran Kooperatif*. Tesis. UPI. Tidak Diterbitkan.
- Natalie Rogers. 2004. *Berani Bicara di Depan Publik Cara Cepat Berpidato*. Alih Bahasa Lala Herawati. Bandung: Nuansa
- Norita Roza. 2010. *Hubungan Harga Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan*. Skripsi. Tidak diterbitkan. FIP-UNP.
- Sarafino, E.P. 1994. *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction 2nd Edition*. New York: John Willey and Sons, Inc.
- Schneiders, A.A. 1964. *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holt Rineheart and Winston, Inc.
- Stewart L.Tubbs, Sylvia Moss.1996. *Human Communication: Kontek Komunikasi*. Pengantar Dedi Mulyan. Bandung: Rosada Karya
- Tarigan. 1981. *Berbicara Sebagai Suatu Keterampilan Berbahasa*. Bandung: Angkasa Raya.
- Udjana Onong Effendi. 1993. *Ilmu, Teori dan Filosofi Komunikasi*. Bandung: Citra Aditya Bakti.