

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY*  
DENGAN GEJALA KECEMASAN BERBICARA  
DI DEPAN UMUM PADA SISWA**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**Nindi Rahmi Kurnia**

**201910515194**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA  
2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan Gejala  
Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada  
Siswa  
Nama Mahasiswa : Nindi Rahmi Kurnia  
Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515194  
Program Studi/ Fakultas : Psikologi/Psikologi  
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 18 Juli 2023

Jakarta, 28 Juli 2023

MENYETUJUI,

Pembimbing I



Yomima Viena Yuliana, S.Psi., M.Si  
NIDN. 0318078502

Pembimbing II



Sarita Candra Merida, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0317018701

## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan Gejala Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Siswa  
Nama Mahasiswa : Nindi Rahmi Kurnia  
Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515194  
Program Studi/ Fakultas : Psikologi/Psikologi  
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 18 Juli 2023

Jakarta, 28 Juli 2023

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Sarita Candra Merida, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0317018701


Penguji I : Yomima Viena Yuliana, S.Psi., M.Si  
NIDN. 0318078502

Penguji II : Lenny Utama Afriyenti, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0329048504

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi

  
Yulia Fitriani, S.Psi., M.A  
NIDN. 0314078503

  
Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D  
NIDN. 0026047110

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan Gejala Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Siswa” ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri, tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain, kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan di *foto copy* melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Jakarta, 28 Juli 2023

Yang membuat pernyataan



Nindi Rahmi Kurnia

201910515194

## ABSTRAK

**Nindi Rahmi Kurnia. 201910515194.** Hubungan antara *Self Efficacy* dengan Gejala Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa SMA X di Kota Bekasi.

Kecemasan berbicara di depan umum sering dialami oleh siswa. Permasalahan ini terjadi karena ketidakmampuan siswa ketika berhadapan dengan siswa lain di depan umum. Siswa merasa cemas ketika berada di depan umum. Siswa mengungkapkan bahwa kekhawatiran bila berada di depan umum adalah takut di kritik atau dinilai negatif, takut lupa, malu, takut gagal, takut terhadap apa yang tidak diketahui dan takut karena pengalaman buruk dimasa lalu. Oleh sebab itu siswa harus mempunyai keyakinan dalam dirinya untuk mampu menyelesaikan tugas atau kegiatan yang memiliki tujuan tertentu yang dikenal dengan *self efficacy*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan gejala kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *convenience sampling* dengan subyek sebanyak 100 responden yang terdiri dari tiap jurusan kelas. Penelitian ini menggunakan instrumen skala *self efficacy* yang dimodifikasi dari Putri Ayu Andira, serta instrumen skala gejala kecemasan berbicara di depan umum yang dimodifikasi dari Cherin Novira Putri Arnetha. Data dalam penelitian ini diuji menggunakan pengujian korelasi *Rank Spearman*. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan gejala kecemasan berbicara di depan umum dengan arah negatif, yang artinya semakin tinggi *self efficacy* seseorang maka semakin rendah gejala kecemasan berbicara di depan umum. Sebaliknya, semakin rendah *self efficacy* seseorang semakin tinggi gejala kecemasan berbicara di depan umum pada siswa. Dengan begitu, mengartikan bahwa hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Saran untuk penelitian selanjutnya menelaah kembali mengenai faktor yang terkait dengan variabel tergantung beserta aitemnya.

**Kata Kunci:** *Self efficacy*, Gejala Kecemasan Berbicara di Depan Umum, Siswa SMA

## **ABSTRACT**

***Nindi Rahmi Kurnia. 201910515194. Relationship between Self-Efficacy and Symptoms of Public Speaking Anxiety in SMA X Students in Bekasi City.***

*Public speaking anxiety is often experienced by students. This problem occurs because of the inability of students when dealing with other students in public. Students feel anxious when in public. Students revealed that the fear of being in public is fear of being criticized or negatively assessed, fear of forgetting, embarrassment, fear of failure, fear of what is unknown and fear of bad experiences in the past. Therefore students must have confidence in themselves to be able to complete tasks or activities that have a specific purpose known as self-efficacy. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and symptoms of public speaking anxiety among high school students. The sampling technique used in this study was convenience sampling with 100 respondents from each class major. This study used a modified self-efficacy scale instrument from Putri Ayu Andira, as well as a modified public speaking anxiety symptom scale instrument modified from Cherin Novira Putri Arnetha. Data in this study were tested using the Rank Spearman correlation test. The results in this study indicate that there is a significant relationship between self-efficacy and symptoms of public speaking anxiety in a negative direction, which means that the higher a person's self-efficacy, the lower the symptoms of public speaking anxiety. Conversely, the lower a person's self-efficacy, the higher the symptoms of public speaking anxiety in students. That way, it means that the alternative hypothesis ( $H_a$ ) is accepted. Suggestions for further research to review again regarding the factors associated with the dependent variable and its items.*

***Keywords: Self efficacy, Symptoms of Public Speaking Anxiety, High School Students***

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara *Self Efficacy* dengan Gejala Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa SMA X di Kota Bekasi” sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Tujuan penyusunan skripsi ini untuk memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Penulis menyadari dalam proses penulisan skripsi ini terdapat banyak kesulitan dan kendala yang dihadapi namun selesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak, sehingga dalam kesempatan ini penulis sampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya bagi semua pihak yang telah sangat membantu penulis, terutama kepada kepada yang saya hormati:

1. Kepada Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi
2. Kepada Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., M.A, selaku Ketua Program Studi
3. Kepada Ibu Lenny Utama Afriyenti, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membantu dan membimbing penulis dari awal perkuliahan hingga saat ini
4. Kepada Ibu Yomima Viena Yuliana, S.Psi., M.Si, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah membantu dan membimbing penulisan dalam menyelesaikan skripsi ini
5. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah memberikan banyak ilmu serta pengalaman selama penulis melaksanakan proses skripsi ini
6. Kepada orang tua yang sangat saya cintai yang selalu memberikan do'a dan dukungan baik berupa moril maupun materil kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini
7. Seluruh siswa kelas X SMA PGRI 1 Kota Bekasi yang telah membantu untuk menjadi responden pada penelitian ini dan pihak-pihak sekolah yang

tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah berkontribusi berjalannya penelitian ini.

8. Teruntuk sahabat-sahabat pejuang skripsi saya Efa Kurniatih, Dhiyanaa, Faidah Ana, Lisa Dewi, Salsabila Aziza, Nisa Hamidah, Dita Syafebti, Araninda Naraswati, Monica Oktaviola, A'idah Ghina, Tazqiya Annisa, Indah Ayu Intan terimakasih atas bantuan, semangat, dan dukungannya dari awal memulai skripsi ini hingga sampai tahap akhir

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan dan perbaikannya. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua dan menjadi bahan masukan dalam dunia pendidikan

Jakarta, 28 Juli 2023



**Nindi Rahmi Kurnia**



## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I</b> .....	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1. Manfaat Teoritis .....	8
1.4.2. Manfaat Praktis.....	8
<b>BAB II</b> .....	<b>9</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>9</b>
2.1 Uraian Variabel .....	9
2.1.1 Gejala Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	9
2.1.1.1 Definisi Gejala Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	9
2.1.1.2 Komponen Gejala Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	10
2.1.1.3. Faktor-Faktor Gejala Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	11

2.1.1.4 Alat Ukur Yang Digunakan .....	12
2.1.2 <i>Self Efficacy</i> .....	12
2.1.2.1 Definisi <i>Self Efficacy</i> .....	12
2.1.2.2 Faktor-Faktor <i>Self efficacy</i> .....	13
2.1.2.3 Aspek-Aspek <i>Self efficacy</i> .....	14
2.1.2.4 Alat Ukur Yang Digunakan.....	15
2.2 Hubungan <i>Self efficacy</i> Dengan Gejala Kecemasan Berbicara Di Depan Umum.....	16
2.3 Hipotesis Penelitian .....	17
2.4. Kerangka Berpikir Penelitian .....	17
<b>BAB III.....</b>	<b>18</b>
<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>18</b>
3.1 Tipe Penelitian.....	18
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian .....	18
3.3 Definisi Operasional Variabel .....	19
3.3.1 Definisi Operasional Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	19
3.3.2 Definisi Operasional <i>Self Efficacy</i> .....	19
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian.....	19
3.4.1 Populasi .....	19
3.4.2 Sampel dan <i>Sampling</i> .....	20
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	22
3.5.1 Instrumen Penelitian.....	22
3.5.2. Skala Gejala Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	23
3.5.3 Skala <i>Self Efficacy</i> .....	24
3.6 Analisis Data .....	27
<b>BAB IV .....</b>	<b>28</b>

<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>28</b>
4.1 Profil Responden Penelitian .....	28
4.2 Pelaksanaan Penelitian .....	29
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	29
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian .....	30
4.2.3 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian.....	30
4.3 Hasil Penelitian .....	33
4.3.1 Profil Demografis .....	33
4.3.2 Uji Asumsi Penelitian.....	34
4.3.3 Kategorisasi Penelitian .....	35
4.3.3.1 Kategorisasi gejala kecemasan berbicara di depan umum .....	35
4.3.3.2 Kategorisasi Self Efficacy .....	37
4.3.4 Uji Hipotesis .....	39
4.4 Diskusi dan Pembahasan.....	40
<b>BAB V.....</b>	<b>43</b>
<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>43</b>
5.1 Kesimpulan .....	43
5.2 Saran.....	44
5.2.1 Saran Teoritis .....	44
5.2.2 Saran Praktis .....	44
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>45</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>47</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Penelitian SMA PGRI 1 Kota Bekasi .....	20
Tabel 3.2 Skor Skala Likert .....	23
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Skala Gejala Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	24
Tabel 3.4 <i>Blueprint Self Efficacy</i> .....	25
Tabel 3.5 Klasifikasi Indeks Daya Beda Aitem .....	26
Tabel 3.6 Klasifikasi Skor Reliabilitas .....	27
Tabel 4.1 Profil Responden Penelitian.....	28
Tabel 4.2 Validitas Gejala Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	31
Tabel 4.3 Validitas <i>Self Efficacy</i> .....	32
Tabel 4.4 Reliabilitas Skala Penelitian.....	33
Tabel 4.5 Profil Demografis.....	34
Tabel 4.6 Uji Asumsi Penelitian .....	34
Tabel 4.7 Kategorisasi Skor Gejala Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	36
Tabel 4.8 Kategorisasi Skor <i>Self Efficacy</i> .....	38
Tabel 4.9 Uji Korelasi .....	39
Tabel 4.10 Klasifikasi Kekuatan Korelasi .....	40

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir .....	17
-------------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Pengambilan Data .....	44
Lampiran 2 Surat Keterangan Penelitian .....	45
Lampiran 3 Kartu Bimbingan .....	49
Lampiran 4 Butir Aitem Gejala Kecemasan Berbicara di Depan Umum Sebelum <i>Try Out</i> .....	50
Lampiran 5 Butir Aitem <i>Self Efficacy</i> Sebelum <i>Try Out</i> .....	52
Lampiran 6 <i>Screenshot Try Out</i> Skala Penelitian .....	55
Lampiran 7 Bukti <i>Screenshot</i> Penyebaran <i>Try Out</i> Skala Penelitian.....	56
Lampiran 8 Tabulasi Data <i>Try Out</i> .....	57
Lampiran 9 Butir Aitem Skala Gejala Kecemasan Berbicara di Depan Umum Setelah <i>Try Out</i> .....	61
Lampiran 10 Butir Aitem Skala <i>Self Efficacy</i> Setelah <i>Try Out</i> .....	63
Lampiran 11 <i>Screenshot</i> Kuisisioner Penelitian.....	65
Lampiran 12 Bukti <i>Screenshot</i> Penyebaran Kuisisioner Penelitian .....	66
Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian.....	67
Lampiran 14 Tabulasi Data Kuisisioner Penelitian .....	68
Lampiran 15 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	74
Lampiran 16 Hasil Uji Asumsi .....	76
Lampiran 17 Hasil Uji Hipotesis .....	77