

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN KECEMASAN
BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan Untuk Memperoleh
Derajat Sarjana S-1 Psikologi**



Almi Cahya Putri

18090000150

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG**

2023

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

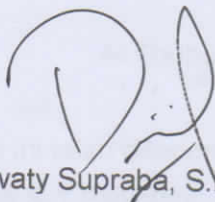
Nama : Almi Cahya Putri
NIM : 18090000150
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Jurusan : S1 Psikologi
Program Study : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan antara Self Efficacy dengan Kecemasan
Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Universitas
Merdeka Malang

Malang, 31 Agustus 2023

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi

Dosen Pembimbing



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si



M. Jamalludin Ma'mun, M.Si

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Welandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

**HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DENGAN
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM
PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERDEKA MALANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Almi Cahya Putri

18090000150

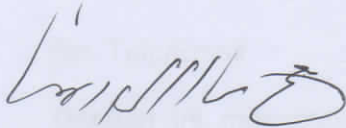
Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 31 Agustus 2023

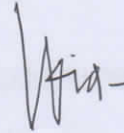
Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji

Sekretaris Penguji



M. Jamalludin Ma'mun, M.Si



Rinto Wahyu W, S.Psi., M.Si

Anggota Penguji



Al Thuba Septa Priynggasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana S-1 Psikologi

Malang, 31 Agustus 2023

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Almi Cahya Putri

Nomor Pokok : 18090000150

Program Studi : Psikologi

Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Klinis

Judul Skripsi : Hubungan Antara Self Efficacy dengan Kecemasan
Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Universitas
Merdeka Malang.

Lokasi Penelitian : Universitas Merdeka Malang

Alamat Asal : Jl. Komba Sentani, Jayapura

No. Telp/Email : 081248913834/18090000150@student.unmer.ac.id

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia untuk dicabut gelar dan akademik saya. Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 31 Agustus 2023



Almi Cahya Putri

MOTTO

“Jangan Menganggap dirimu lebih pintar apalagi lebih cerdas dari orang lain,
karena kepintaran bisa luntur ketika kamu tidak memiliki adab”

-Almi Cahya Putri-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Saya persembahkan skripsi ini untuk :

Almarhumah bunda saya yang saya sayangi dan rindukan
Ayah yang terus memberikan dukungan walaupun dalam kondisi Kurang Sehat
Kedua adik saya yang juga sedang menempuh pendidikan
Dan seluruh keluarga besar saya yang saya cintai

Semoga selalu dalam lindungan Allah SWT

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang sudah berperan dalam proses penyusunan hingga penyelesaian skripsi ini antara lain :

1. Terimakasih kepada Allah SWT yang telah memberikan kesehatan, kelancaran, serta kemudahan selama saya mengerjakan tugas akhir skripsi ini.
2. Terimakasih kepada Bapak Prof. Dr. Anwar Sanusi, S.E., M.Si selaku Rektor Universitas Merdeka Malang.
3. Terimakasih kepada Ibu Dr. Nawang Warsih W. S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
4. Terimakasih kepada Bapak M. Jamalludin Ma'mun, M.si selaku dosen pembimbing saya, yang senantiasa membimbing dan mendidik saya dengan penuh kesabaran. Terimakasih juga bapak untuk support dan kepercayaannya sehingga saya sanggup menyelesaikan skripsi saya atas bimbingan bapak.
5. Terimakasih kepada Bapak Rinto Wahyu W, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing saya, yang senantiasa membimbing dan mendidik saya dengan penuh kesabaran. Terimakasih juga bapak untuk support dan kepercayaannya sehingga saya sanggup menyelesaikan skripsi saya atas bimbingan bapak.
6. Terimakasih juga kepada seluruh dosen yang senantiasa membimbing saya dalam masa perkuliahan maupun dalam masa penelitian sepanjang berkuliah di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.

7. Terimakasih yang tak terhingga untuk seluruh keluarga saya yang senantiasa memberikan support dan keyakinan bagi saya bahwa saya bisa dan mampu untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Terimakasih untuk kedua adik saya Bintang Dwimart dan Anandita Reskika yang selalu menjadi alasan bagi saya untuk tidak menyerah dalam menyelesaikan pendidikan ini.
9. Terimakasih untuk orang spesial yang selalu mendukung saya walaupun terpisah jarak dan waktu mas Jais Nurzatmiko, semoga kamu selalu sehat dan terus mendukung dan kebersamai langkah saya sampai dikemudian hari.
10. Terimakasih kepada *all member of Black Pink* (Khilda, Hulla, dan Sheila) yang selalu memberikan healing tipis-tipis di tengah skripsi, dan menjadikan Malang tempat bertemu paling berwarna.
11. Terimakasih kepada teman-teman saya yang sudah berkenan memberikan semangat dan kebersamai proses penyusunan skripsi ini sehingga saya mampu menyelesaikannya yaitu Sagita, Frans, Kiki, Dimas, Tia, Yazid, Tio, Melina, Izza, Mbak Ayu, Ruth, Agges, Tirza, Bang Rizki, Pipit, Stella dan teman-teman lainnya yang mungkin belum saya sebutkan.
12. Terakhir terimakasih untuk Almi Cahya Putri yang sudah berhasil berjuang dan bertahan sampai di titik ini, terimakasih untuk tetap bangkit walau berkali-kali terjatuh, terimakasih untuk tidak berhenti walau sakit, terimakasih untuk terus hidup di sini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah yang Maha Esa yang telah melimpahkan seluruh nikmat, dan rahmatnya kepada penulis, sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir skripsinya yang berjudul *“Hubungan antara Self Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Universitas Merdeka Malang”* dengan baik.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat memperoleh gelar kesarjanaan S1 dalam Program Studi Psikologi di Universitas Merdeka Malang. Penulis menyadari dengan sepenuhnya bahwa masih terdapat banyak kekurangan baik dalam segi penulisan maupun dalam segi tata Bahasa. Oleh karena itu penulis menerima kritik dan saran dari seluruh pembaca agar dapat menunjang kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Semoga semua kebaikan yang diberi mampu kembali dalam bentuk kebaikan. Akhir kata saya selaku penulis memohon maaf sebesar-besarnya apabila ada kesalahan maupun kelalaian dalam penulisan skripsi ini.

Malang, 11 Agustus 2023

Almi Cahya Putri

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMAKASIH	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
INTISARI.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I PENGANTAR.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Permasalahan.....	8
C. Tujuan dan Manfaat	8
D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	13
A. KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM	13
1. Pengertian Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	13
2. Aspek-Aspek Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	15
3. Faktor-Faktor Kecemasan Berbicara di Depan Umum	17
B. <i>SELF EFFICACY</i>	18
1. Pengertian Self Efficacy.....	18
2. Aspek-Aspek Self Efficacy	19
3. Faktor-Faktor <i>Self efficacy</i>	21
C. Keterkaitan antara Self Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum.	23
D. Kerangka Pemikiran Penelitian	25
E. Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Identifikasi dan Oprasional Variable	26
B. Subjek Penelitian.....	27
C. Cara Pengumpulan Data.....	29
D. Desain Penelitian	32
E. Cara Analisis Data.....	33
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
A. Deskripsi Subjek.....	35
B. Deskripsi Validitas dan Reliabilitas	36
C. HASIL.....	42
D. Pembahasan	44

BAB V PENUTUP.....	47
A. Kesimpulan	47
B. Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN.....	52

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Pemberian Skor Skala Likert	30
Tabel 2 Blue Print Skala Self Efficacy	30
Tabel 3 Blue Printa Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum	31
Tabel 4 Jumlah Sampel Penelitian berdasarkan kategori Umur	35
Tabel 5 Jumlah Sampel Penelitian berdasarkan kategori Jenis Kelamin.....	36
Tabel 6 Hasil Analisis Deskriptif Statistik.....	36
Tabel 7 Rumus Skor Standar	37
Tabel 8 Kategorisasi data <i>Self efficacy</i>	37
Tabel 9 Kategorisasi data Kecemasan berbicara di depan umum.....	38
Tabel 10 Validitas Skala Uji Coba	39
Tabel 11 Sebaran Butir Skala Valid dan Gugur <i>Self efficacy</i>	39
Tabel 12 Sebaran Butir Skala Valid dan Gugur Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	40
Tabel 13 Reliabilitas Skala <i>Self efficacy</i> dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	41
Tabel 14 Tabel Normalitas skala <i>Self efficacy</i> dan Kecemasan berbicara di Depan Umum.	42
Tabel 15 Uji Linieritas Skala <i>Self efficacy</i> dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	43
Tabel 16 Uji Hipotesis skala <i>Self efficacy</i> dan Kecemasan Berbicara di Depan umum.	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Survey pra-penelitian.....	3
Gambar 2 Survey pra-penelitian.....	4
Gambar 3 Survey pra-penelitian.....	5
Gambar 4 Kerangka Pemikiran Penelitian.....	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Uji Coba <i>Self Efficacy</i> dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum	53
Lampiran 2 Perhitungan Data Aiken's V Skala <i>Self Efficacy</i> dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	59
Lampiran 3 Tabulasi Data <i>Try Out</i> Skala <i>Self Efficacy</i> dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum	64
Lampiran 4 Validitas Skala <i>Self Efficacy</i> dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum	69
Lampiran 5 Skala <i>Self Efficacy</i> dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum	72
Lampiran 6 Reliabilitas Skala <i>Self Efficacy</i> dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum	78
Lampiran 7 Tabulasi Data Penelitian <i>Efficacy</i> dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	80
Lampiran 8 Hasil Uji Normalitas, Uji Linearitas, dan Uji Hipotesis	113
Lampiran 9 Hasil Turnitin dan Daftar Riwayat Hidup	116

HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERDEKA MALANG

Almi Cahya Putri

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
almicahyaputri02@gmail.com

INTISARI

Kecemasan berbicara di depan umum merupakan fenomena yang seringkali dialami oleh mahasiswa. Mahasiswa yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum cenderung akan merendahkan dirinya, menganggap diri tidak menyenangkan, berfikir negative tentang dirinya sehingga mahasiswa akan kesulitan dalam mengembangkan diri. Salah satu aspek yang dapat mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum adalah *Self Efficacy*. Mahasiswa yang dapat percaya pada kemampuan yang di miliknya cenderung akan lebih percaya pada dirinya mudah dan dalam menyelesaikan serta mengerjakan tugas-tugasnya dengan kemampuannya. Tujuan dari penelitian yang di lakukan ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada Mahasiswa Universitas Merdeka Malang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Sampel yang di gunakan dalam penelitian ini adalah 380 mahasiswa dari 5961 mahasiswa yang dihitung dengan menggunakan rumus slovin. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Self Efficacy* dan skala kecemasan berbicara di depan umum, dengan pengambilan sampel menggunakan metode *Random Sampling* sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik yang telah di susun oleh peneliti. Teknik analisis data yang dilakukan pada penelitian yaitu *product moment pearson* yang kemudian di olah dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS v.21 for windows. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negative dengan nilai korelasi sebesar -0,341 antara *self efficacy* dengan kecemasan berbicara di depan umum. Maknanya semakin tinggi *self efficacy* yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum, begitupun sebaliknya semakin rendah *self efficacy* yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum.

Kata Kunci : *Self Efficacy, Kecemasan Berbicara didepan Umum, Mahasiswa*

RELATIONSHIP BETWEEN SELF EFFICACY AND ANXIETY OF PUBLIC SPEAKING IN STUDENTS OF MERDEKA MALANG UNIVERSITY

Almi Cahya Putri

Faculty of Psychology, University of Merdeka Malang
almicahyaputri02@gmail.com

ABSTRACT

Public speaking anxiety is a phenomenon that is often experienced by students. students who experience public speaking anxiety tend to humble themselves, consider themselves unpleasant, think negatively about themselves so that students will have difficulty developing themselves. One aspect that can affect public speaking anxiety is self efficacy. Students who can believe in their abilities tend to be more confident in themselves easily and in completing and doing their assignments to the best of their ability. The purpose of this research was to find out the relationship between self efficacy and public speaking anxiety among students at the Merdeka University of Malang. The method used in this study uses a correlational quantitative method with a scale in the form of a questionnaire with two variables, namely self efficacy and public speaking anxiety. The sample used in this study were 380 students from 5961 students who were calculated using the slovin formula. Measuring tools used in this study are the Self Efficacy scale and Public Speaking anxiety scale, with sampling using the random sampling method according to the needs and characteristics that have been compiled by researchers. The data analysis technique used in this study was the pearson product moment which was then processed using the SPSS v.21 application for Windows. The result of this study indicate that there is a negative relationship of -0.341 between self efficacy and public speaking anxiety. Which means the higher students self efficacy will have the lower anxiety level of public speaking, and vice versa the lower students of self efficacy will have the higher anxiety level of public speaking.

Keywords : self Efficacy, public speaking anxiety, students