

HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DENGAN KECEMASAN PADA SISWA SMAIT THARIQ BIN ZIYAD YANG MELAKUKAN PRESENTASI DI KELAS

Raffli Guciano¹, Fathana Gina², Sulistiasih³

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta
Email: raffliguciano@gmail.com¹, fathana.gina@dsn.uhharajaya.ac.id²,
sulistiasih77@gmail.com³

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan *self efficacy* dengan kecemasan pada siswa SMAIT Thariq Bin Ziyad yang melakukan presentasi di kelas. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi. Alat ukur penelitian ini yaitu skala *self efficacy* dan skala kecemasan. Jumlah populasi adalah sebanyak 612 siswa dengan jumlah sampel sebanyak 100. Pengambilan sampel adalah dengan menggunakan teknik *cluster sampling*. Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi (r) = 0,517 dengan $p = 0,00$ yang menandakan bahwa terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan presentasi di depan kelas. Artinya semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah kecemasan presentasi di depan kelas yang dimiliki siswa, sebaliknya semakin rendah *self efficacy* maka semakin tinggi kecemasan presentasi di depan kelas.

Kata Kunci: *Self Efficacy, Kecemasan, Siswa SMA*

Abstract

The purpose of this study was to determine the relationship between self-efficacy and anxiety in high school X students who do presentations in class. This study used a quantitative approach with a correlation method. The measuring instruments of this study were the self-efficacy scale and the anxiety scale. The population was 612 students with a sample size of 100. Sampling was done using the cluster sampling technique. The results showed a correlation coefficient (r) = 0.517 with $p = 0.00$, which indicates that there is a positive and significant relationship between self-efficacy and anxiety in front of the class. This means that the higher the self-efficacy, the lower the anxiety in front of the class that students have, conversely, the lower the self-efficacy, the higher the anxiety in front of the class.

Keywords: *Self Efficacy, Anxiety, High School Students*

Article History

Received: Juli 2025

Reviewed: Juli 2025

Published: Juli 2025

Plagirism Checker No
234fdf.756

Prefix DOI : Prefix DOI :
10.8734/Liberosis. v2I2.3027

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under
a [Creative Commons
Attribution-NonCommercial
4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

ISSN 3026-7889



PENDAHULUAN

Presentasi di kelas juga merupakan bentuk implementasi guru terhadap Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia nomor 103 tahun 2014, pasal 1 dan pasal 2. Bahwa pembelajaran merupakan suatu proses interaksi antar peserta didik dan antara peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran dilaksanakan berbasis aktivitas dengan karakteristik yaitu: (a) interaktif dan inspiratif, (b)

menyenangkan, menantang, dan memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif, (c) kontekstual dan kolaboratif, (d) memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas dan kemandirian peserta didik, (e) sesuai dengan bakat, minat, kemampuan dan perkembangan fisik serta psikologis peserta didik (Kemendikbud, 2014).

Berdasarkan Peraturan Menteri di atas peneliti menilai bahwa pembelajaran dengan metode presentasi dikelas yang diterapkan oleh guru kepada siswanya, dapat menjadi tolak ukur bagi guru sampai sejauh mana siswa nya mengingat dan memahami materi pembelajaran yang sudah diberikan sekaligus sebagai strategi agar siswa lebih aktif lagi dalam mengikuti pembelajaran yang dilakukan di kelas. Selain itu bagi siswa sendiri presentasi dikelas bermanfaat untuk membantu pengembangan diri siswa seperti melatih siswa agar memiliki kemampuan berkomunikasi yang efektif, membantu mengembangkan wawasan, menumbuhkan dan meningkatkan motivasi, kemandirian, tanggung jawab, pemecahan masalah dan kreativitas serta semakin meningkat hubungan interpersonal antara siswa dengan guru atau siswa dengan siswa lainnya.

Pendapat peneliti di atas selaras dengan pendapat metode pembelajaran dengan presentasi dan diskusi memberikan ruang bagi siswa untuk meningkatkan keaktifan dan kreativitas siswa dalam merancang susunan materi yang sudah diajarkan oleh gurunya (Lulu Savitri I Lumuan, Asmun Wantu, 2015). Metode presentasi di dalam pembelajaran multiliterasi memiliki fokus pada pengembangan kemampuan berbicara atau kemampuan berkomunikasi peserta didik, dan tujuan lainnya yaitu penyampaian informasi pada presentasi dalam rangka fokus untuk mengembangkan wawasan peserta didik dan memotivasi peserta didik untuk meningkatkan kemampuan pemecahan masalahnya.

Menurut penelitian yang mengenai ke efektivitasan pembelajaran dengan metode presentasi di kelas yaitu meningkatkan keaktifan pembelajaran terhadap siswa, dengan presentasi rata-rata keaktifan siswa pada siklus 1 sebesar 63,16% meningkat 17,89% pada siklus 2 menjadi 81,05%. Metode presentasi juga meningkatkan kemampuan berbicara siswa, dengan rata-rata kemampuan berbicara siswa pada siklus 1 sebesar 74,59% meningkat 3,04% pada siklus 2 menjadi 77,63% (Kusumawati, Prima Dewi., 2018). Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Gunawan (2018), bahwa metode persentasi di kelas mampu meningkatkan daya ingat siswa, hal tersebut di tunjukkan dengan hasil pengujian t hitung yang diperoleh bahwa t hitung > t tabel yaitu dengan kisaran $7,678 > 1,70113$ pada taraf signifikan 5% dari pengujian dengan menggunakan korelasi *Product Moment* menghasilkan bahwa korelasi antar variable yaitu metode persentasi dengan daya ingat berada pada kategori sangat tinggi.

Presentasi di kelas sendiri menurut Gaffar et al.(2022), pada umumnya merupakan sebuah metode pada kegiatan pembelajaran di kelas yang menampilkan sebuah materi pembelajaran melalui *Microsoft Power Point*, dengan bantuan sebuah alat saji yaitu proyektor. Agar penyampaian materi pembelajaran lebih menarik, kreatif, inovatif, efektif dan menyenangkan maka penyaji baik guru maupun siswa mengemas materinya dengan se kreatif mungkin, lalu kemudian pada akhirnya presentasi yang dilakukan di kelas dapat mempengaruhi terhadap hasil belajar siswa. Sementara itu individu yang menjadi penyaji materi presentasi disebut dengan presenter sedangkan untuk individu yang menjadi peserta yang menghadiri presentasi dan menjadi pendengar disebut dengan *audiens*

Sementara itu pada penelitian ini, peneliti akan mengkaji fenomena presentasi dikelas dengan sudut pandang kajian ilmu psikologi, terhadap subjek penelitian yaitu siswa SMAIT THARIQ BIN ZIYAD yang hendak melakukan presentasi di kelas ataupun yang pernah mempunyai pengalaman tersebut. Siswa SMAIT THARIQ BIN ZIYAD merupakan individu yang dikategorikan sebagai remaja. Selaras dengan pendapat Santrock (2003), bahwa siswa SMA merupakan individu yang berada pada masa remaja akhir, yang biasa dikenal dengan istilah *late adolescence* dengan umur 15 hingga 18 tahun. Dilansir dari Badan Pusat Statistika, jumlah

remaja akhir di Indonesia dengan umur 15 hingga tahun mencapai 22.163.528 orang pada tahun 2022.

Remaja menurut perspektif kajian ilmu psikologi merupakan individu yang berada pada fase masa transisi yaitu dari masa anak-anak menuju masa dewasa, Santrock (2003) melanjutkan, bahwa menurutnya masa transisi yang terjadi pada remaja, membuat remaja mengalami banyak proses dari perkembangan diri yang meliputi perubahan fisik, kognitif, emosional, sosial hingga psikologis. Perubahan yang terjadi dari berbagai aspek pada diri remaja yang telah disebutkan sebelumnya, kerap memicu remaja mengalami kecemasan pada setiap kegiatan di dalam kehidupannya dan penyebabnya sendiri dapat terjadi karena faktor internal maupun eksternal. Gangguan kecemasan sangat umum terjadi pada anak-anak dan khususnya pada remaja serta mempunyai dampak negatif yang luas (Essau, 2013).

Berdasarkan penjelasan dari teori Santrock di atas peneliti beranggapan bahwa subjek penelitian yaitu siswa Smaith Thariq Bin Ziyad yang juga merupakan individu remaja yang melakukan presentasi di kelas berkemungkinan besar juga dapat mengalami kecemasan setiap kali melakukan presentasi di kelas, peneliti juga akan memulai mengkaji penelitian ini berdasarkan dari sudut pandang studi psikologi. Kemudian langkah awal peneliti yang telah dilakukan yaitu dengan melakukan wawancara terhadap 3 narasumber siswa Smaith Thariq Bin Ziyad dengan latar belakang usia, kelas dan gender yang berbeda. Adapun kesimpulan dari hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti terhadap 3 narasumber siswa SMAITH Thariq Bin Ziyad merasa gugup dan khawatir saat melakukan presentasi di kelas.

Dari ketiga narasumber penelitian yang peneliti wawancara, ketiga remaja SMAITH Thariq Bin Ziyad tersebut punya pengalaman sering mengalami kecemasan ketika pernah maupun hendak melakukan presentasi di kelas. Pada umumnya rata-rata disebabkan karena faktor dalam diri seperti kekhawatiran tidak mampu atau kurangnya dalam penguasaan materi yang hendak disampaikan saat presentasi di kelas, sehingga membuat siswa SMA mengalami kesulitan menyampaikan materinya ataupun menjawab pertanyaan audiens. Bahkan ada juga siswa SMA yang memang mengalami demam panggung, ada kemungkinan bahwa siswa SMA tersebut menguasai materi persentasinya akan tetapi kurangnya kemampuan dalam berbicara maupun berkomunikasi di depan orang banyak khususnya audiens presentasi membuat siswa SMA mengalami kecemasan saat presentasi di kelas.

Menurut Puspitaningtyas(2012), bahwa kecemasan yang terjadi pada siswa saat presentasi di kelas, dapat disebabkan karena siswa belum siap, belum memahami dengan baik materi yang akan ia sampaikan dan tertekan karena suatu hal salah satunya yaitu tertekan dengan sesi tanya jawab maupun diskusi dengan audiens saat presentasi di kelas. Lalu menurut penelitian yang dilakukan oleh Jendra & Sugiyo (2020), bahwa sepuluh besar ketakutan manusia ialah salah satunya berbicara di depan umum yang mendapat angka persentase tertinggi yaitu sebanyak 41%, sedangkan di 2 tertinggi sebagai pembanding yaitu 19% individu mengalami kecemasan hingga ketakutan terhadap kematian. Dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa kecemasan presentasi di kelas yang diakibatkan kurangnya dalam segi penguasaan materi dan juga diakibatkan karena kurangnya kemampuan akan berbicara maupun berkomunikasi di depan umum kerap terjadi dan menjadi hambatan bagi individu saat berpresentasi, khususnya yang dialami oleh siswa SMAITH Thariq Bin Ziyad yang melakukan presentasi di kelas.

Terdapat sebuah hasil penelitian lainnya yang menjelaskan secara rinci mengenai faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi secara langsung kecemasan siswa saat berpidato ataupun saat presentasi dan dari beragam faktor terdapat dua faktor yang juga sama menjadi faktor kecemasan subjek penelitian ini yaitu siswa SMAITH Thariq Bin Ziyad yang melakukan presentasi di kelas, yaitu adanya faktor eksternal seperti latar waktu, tempat dan kondisi yang antara lainnya seperti faktor waktu pagi, waktu siang dan juga waktu sore, kemudian tempat *indoor* maupun *outdoor*, fasilitas maupun alat presentasi yang tidak koperatif dan jumlah *audiens*

presentasi. Sementara itu faktor lainnya yaitu dari dalam diri siswa itu sendiri yang menjadi faktor terbesar dari kecemasan berpresentasi yang dilakukan siswa, seperti kekhawatiran karena berpikiran buruk di kondisi sebelum maupun saat berpresentasi, kurangnya pengalaman, pengalaman buruk di masa lalu, tidak yakin dengan kemampuan maupun potensi diri dan juga ketidakpercayaan diri, ketakutan akan dievaluasi, ketakutan menjadi pusat perhatian, kurangnya wawasan karena tidak mempelajari topik bahasan dan ketidakmampuan dalam berbicara di muka umum, ungap (Naryoso, 2018)

Menurut Rahmayanti et al. (2024), kemampuan berbicara di depan umum ataupun *public speaking* merupakan sebuah seni dalam berbicara di depan orang banyak, dan juga merupakan salah satu bentuk implementasi dari komunikasi yang efektif. Selain itu menurut Anggriani et al. (2022), bahwa *public speaking* bukan hanya soal berbicara di depan orang banyak namun bagaimana kita dapat menyampaikan ide maupun gagasan kita dengan baik, kemudian hal tersebut dapat diterima dan dipahami pendengar dalam skala yang banyak. *Public speaking* ialah sebuah proses komunikasi yang dilakukan di depan umum dengan jumlah *audiens* yang banyak. Umnadmin (2023), mengemukakan bahwa terdapat beberapa tips untuk meningkatkan kemampuan *public speaking* seseorang seperti kenali maupun pahami *audiens*, latihan secara rutin sebelum memulai *public speaking*, rekam diri sendiri, persiapkan materi presentasi dengan baik, pemahaman akan wawasan materi presentasi yang ingin disajikan, yakin dan percaya diri dan kemudian perhatikan bahasa tubuh diri sendiri maupun *audiens* presentasi. *Public speaking* atau berbicara di depan banyak orang bukanlah suatu hal yang mudah dan membutuhkan persiapan yang matang baik dari materi komunikasi yang harus dikuasai dengan baik hingga psikologis diri sendiri, seringkali perasaan cemas dan khawatir pada saat di depan banyak orang adalah hal yang dirasakan setiap orang, akan tetapi *public speaking* mempunyai fungsi memberikan informasi, mempengaruhi atau mendoktrin *audiens* serta juga untuk menghibur khalayak umum (Alimaskus et al., 2023).

Kecemasan berbicara di depan umum diartikan sebagai suatu gambaran keadaan yang dimana seseorang berada di situasi yang membuatnya tidak aman dan tidak nyaman dan penuh kekhawatiran pada saat berbicara di depan orang banyak yang ditandai dengan adanya reaksi fisik fisiologis dan psikologis. Reaksi fisik fisiologis seperti jari jemari berkeringat maupun bergetar atau tremor, pusing, nafas sesak, sementara reaksi psikologis seperti ketakutan, susah berkonsentrasi, pesimis dan gelisah (Bukhori, 2017). Menurut Hamama (2023), dalam beberapa kasus, tingkat kecemasan yang tinggi pada saat presentasi di kelas yang disebabkan karena kecemasan berbicara di depan umum menyebabkan siswa menghindari kesempatan atau bahkan menolak tawaran untuk menjadi pembicara presentasi di kelasnya, kecemasan siswa saat berbicara di depan umum juga dapat menjadi hambatan cukup serius yang dapat mempengaruhi kualitas komunikasi dan juga keberhasilan pesan pembelajaran yang ingin disampaikan pada saat melakukan presentasi di kelas. Menurut Gallego et al. (2022), bahwa di Finlandia, satu dari tiga siswa melaporkan bahwa berbicara di depan umum khususnya saat presentasi di kelas, merupakan masalah yang besar dan menakutkan, selain itu di Amerika Serikat lebih dari 61% siswa sekolah takut untuk berbicara di depan umum saat berpresentasi.

Menurut Sigmund Freud dalam Schultz & Ellen (1986), kecemasan terbagi menjadi 3 yaitu, (1) kecemasan realitas atau objektif (*reality or objective anxiety*) yang merupakan suatu kecemasan yang bersumber dari adanya perasaan takut terhadap bahaya yang mengancam di dunia nyata. (2) kecemasan neurosis (*neurotic anxiety*) merupakan kecemasan yang terjadi karena suatu pengalaman tertentu yang dialami sewaktu di masa kecil pada individu dan bersifat traumatik. (3) kecemasan moral (*moral anxiety*) kecemasan ini merupakan hasil dari konflik antara id dan superego, secara dasarnya merupakan ketakutan akan perasaan dan pemikiran individu itu sendiri terhadap suatu pengalaman ataupun kegiatan sehari-hari yang terjadi di masa sekarang baik itu yang sudah dilakukan ataupun yang belum dilakukan. Dari pernyataan Sigmund Freud pula peneliti menggaris bawahi bahwa kecemasan yang terjadi pada

siswa SMA yang melakukan presentasi di kelas di kategorikan tergolong sebagai kecemasan moral.

Menurut Jayanti et al. (2021), setiap kali menjalani kegiatan sehari-hari individu kerap mengalami gangguan kecemasan, dan ini merupakan hal yang normal saja terjadi. Akan tetapi tidak boleh menganggap remeh masalah kecemasan ini, jika dibiarkan terlalu sering terjadi secara berlebihan maka efek dari kecemasan akan berdampak negatif secara luas terhadap psikologis individu. Akbar et al. (2022), menyatakan bahwa kecemasan merupakan kondisi dimana perasaan mengalami kegelisahan, kekhawatiran, ketegangan, keraguan, rasa tidak aman dan rasa takut dari keadaan yang di persepsikan sebagai suatu ancaman yang tidak diketahui sumber aktualnya. Kecemasan juga merupakan suatu persoalan di bidang kesehatan jiwa, kecemasan disebabkan karena kekhawatiran secara berlebihan dan tidak pasti dikarenakan rasa takut dan tidak adanya kemampuan. Kecemasan secara berlebihan akan memunculkan aspek yang tidak baik dan membahayakan dan timbulnya aspek tersebut bergantung pada tingkat dan lamanya waktu terjadinya kecemasan yang dialami, serta usaha individu dalam melakukan *coping* terhadap kecemasan yang sedang dialami.

Dari penjelasan di atas peneliti beranggapan bahwa *coping* individu berperan penting guna mengurangi maupun mengatasi efek negatif dari kecemasan selain itu penting juga bagi individu untuk memiliki wawasan maupun edukasi terkait *coping* yang harus dimiliki terhadap diri nya sendiri dan guna menghadapi masalah kecemasan yang dialami. Seperti dengan apa yang peneliti pelajari di dalam kajian ilmu psikologi bahwa peneliti berpandangan jika salah satu bentuk upaya yang efektif untuk mengatasi kecemasan dan mengurangi efek negatif dari kecemasan ialah dengan meningkatkan efikasi dalam diri atau *self efficacy*. Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Kasih dan Sudarji(2012), bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan ialah *self-efficacy*, individu dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi akan memperlihatkan sikap yang gigih, tidak cemas dan tidak merasa tertekan dalam menghadapi suatu hal. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Murdiyanto et al.(2023), menjelaskan bahwa sebesar 47,5% kecemasan dipengaruhi dan di bentuk oleh tingkat *self-efficacy* individu, kecemasan merupakan faktor kognitif yaitu bagian dari rasa takut, keyakinan yang irasional, salah mengartikan stimulus maupun sensitivitas yang berlebihan, sehingga tingkat *self efficacy* yang tinggi dapat mengatasi atau menyangkal kecemasan yang terjadi pada kognitif individu

Kecemasan yang terjadi juga dapat disebabkan karena beban tugas yang diemban dianggap begitu berat sehingga membuat individu merasa tidak yakin bahwa dirinya mampu untuk mengemban maupun menyelesaikan tugasnya dan disini lah kemampuan *self-efficacy* berperan penting terhadap individu guna mengatasi kecemasan dan membantu menyelesaikan tugas yang sedang diemban. Hal ini selaras dengan pendapat Saraswati et al., (2021), menurutnya salah satu cara untuk menyeimbangkan beban tugas yang berat dengan hasil yang maksimal adalah dengan memupuk maupun meningkatkan rasa percaya dan keyakinan akan kemampuan dan potensi diri, sehingga akan muncul motivasi dalam diri untuk menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan. Semakin tinggi *self-efficacy*, semakin tinggi pula keyakinan diri tentang segala potensi dan kemampuannya untuk mencapai keberhasilan dalam situasi yang dianggap sulit, sebaliknya individu dengan *self-efficacy* yang rendah akan mengurangi upaya hingga menyerah dengan tugas ataupun tantangan yang diterima, ungkap (Lianto, 2019).

Peneliti berpandangan bahwa sama halnya dengan masalah kecemasan siswa SMAIT Thariq Bin Ziyad terkait dengan tugas presentasi dikelas, yang sebagian siswa menganggap tantangan tersebut berat untuk dilakukan sehingga mengalami kecemasan. dan alasan lainnya kecemasan tersebut terjadi karena disebabkan merasa kurangnya akan kemampuan penguasaan materi pembelajaran dan kurang dalam kemampuan berbicara di depan umum atau *audiens* presentasi. Sementara itu *self-efficacy* siswa SMAIT Thariq Bin Ziyad berperan penting guna membantu mengatasi kecemasan presentasi di kelas, dimana ia yakin bahwa dirinya mampu

untuk berbicara dan berkomunikasi secara efektif di depan umum atau para *audiens* presentasi dan mampu dalam penguasaan materi yang ia sajikan sehingga presentasi yang dilakukan dapat mencapai tujuan dari pembelajaran. Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Jendra & Sugiyo (2020), yang menjelaskan bahwa pentingnya keberadaan *self-efficacy* guna membantu siswa mengatasi hingga mencegah kecemasan saat presentasi di kelas, yaitu bahwa *self efficacy* menunjukkan arah skor yang negative terhadap kecemasan presentasi dan hal tersebut dapat di artikan bahwa semakin tinggi *self efficacy* siswa maka semakin rendah kecemasan presentasi begitu pula sebaliknya.

Selaras dengan studi yang dilakukan oleh Permana et al., (2017) bahwa keberhasilan siswa dalam proses pembelajaran salah satunya didukung oleh kondisi psikologis yang baik seperti memiliki efikasi diri yang baik, ketika siswa memiliki efikasi diri yang baik maka dirinya yakin akan berhasil dalam aspek akademisnya, sehingga dapat membantu tercapainya kemampuan berkomunikasi secara efektif dengan *audiens* presentasi dan penguasaan materi presentasi itu sendiri. Didukung oleh penjelasan dari Fauziana (2022), bahwa *self efficacy* diartikan sebagai persepsi dan keyakinan dari diri individu mengenai seberapa baik dirinya ketika bertindak dalam suatu situasi yang memiliki tantangan.

Kesimpulan dari penjelasan-penjelasan yang sudah peneliti deskripsikan pada latar belakang dan dari literatur referensi sangat memberikan masukan terhadap peneliti yang akan melakukan penelitian mengenai kecemasan sebagai variabel terikat dari subjek penelitian yaitu siswa SMAIT Thariq Bin Ziyad yang melakukan presentasi di kelas, dan peran dari korelasi *self efficacy* pada diri siswa SMAIT Thariq Bin Ziyad sebagai variabel bebas yang dianggap dapat mempengaruhi maupun membantu mengatasi kecemasan. Ketika melakukan presentasi di kelas dan siswa mengalami kecemasan, disebabkan karena dua hal secara umum yaitu tugas presentasi di kelas mengharuskan setiap siswa SMAIT Thariq Bin Ziyad untuk mampu berbicara maupun berkomunikasi secara efektif di depan umum atau di depan *audiens* presentasi dan kurangnya persiapan hingga pemahaman diri sendiri terhadap materi presentasi. Hal ini menimbulkan rasa ketertarikan dan keingintahuan peneliti untuk meneliti lebih jauh mengenai hubungan yang terjadi antara *self-efficacy* dengan kecemasan pada siswa SMAIT Thariq Bin Ziyad yang melakukan persentasi di kelas.

TINJAUAN PUSTAKA

Kecemasan

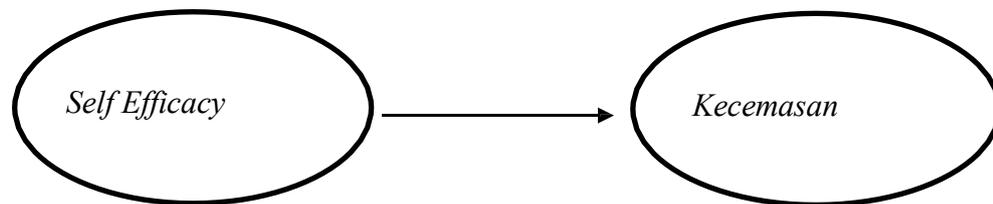
Kecemasan atau *anxiety* merupakan kondisi emosi yang munculnya perasaan tidak nyaman pada diri seseorang dan merupakan pengalaman yang samar-samar disertai dengan perasaan yang tidak berdaya serta tidak menentu karena disebabkan oleh suatu hal yang belum pasti terjadi Annisa & Ildil (2016). Serta kecemasan merupakan ketidak berdayaan neurotik, perasaan tidak aman dan kekurangmampuan dalam menghadapi tuntutan realitas atau lingkungan, kesulitan maupun tekanan kehidupan sehari-hari (Yusuf, 2009).

Self Efficacy

Sementara itu Schultz dalam Lianto (2019), mengemukakan *self efficacy* ialah rasa validitas atau kecukupan individu, efisiensi, dan kemampuan untuk mengatasi kehidupan, dan *self efficacy* juga merupakan bentuk kepercayaan individu terhadap kemampuan untuk meningkatkan kinerja kehidupannya

KERANGKA PEMIKIRAN

Berdasarkan uraian diatas, maka kerangka pemikiran penelitian sebagai berikut:



Gambar 1
Kerangka Pemikiran

METODE PENELITIAN

Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian dengan metode kuantitatif.

Identifikasi Variabel

Adapun variabel terikat kecemasan dan variabel bebas yaitu *self efficacy*

Definisi Operasional

Kecemasan merupakan kondisi dimana individu sedang berada disituasi yang tidak menyenangkan baik secara kognitif maupun emosi, hal tersebut karena disebabkan individu secara berlebihan membayangkan maupun memikirkan suatu hal yang belum pasti untuk kedepannya secara berlebihan, sehingga membuat individu mengalami *psychology disorder*. Sedangkan *Self efficacy* merupakan pola pikir individu yang merujuk kepada penilaian yang positif terhadap dirinya sendiri seperti kemampuan dan segala potensi yang dimiliki, individu yang mempunyai *self efficacy* juga mampu mengatur dan merencanakan tindakannya serta memiliki keyakinan yang kuat untuk mencapai keberhasilan pada suatu tujuan

Populasi dan Sampel

Populasi penelitian yang peneliti tetapkan pada penelitian ini merupakan siswa dan siswi dari SMAIT Thariq Bin Ziyad yang sudah peneliti sendiri lakukan survey dan didapatkan populasi sebanyak 612 siswa secara keseluruhan. Sampel dalam penelitian ini menggunakan *cluster sampling* yang dimana dalam melakukan teknik pengambilan sampel dilakukan secara berkelompok ataupun dilakukan pada area maupun kelompok tertentu dengan ketentuan semua anggota dari setiap kelompok tersebut dipilih menjadi sampel penelitian dan untuk menentukan besaran ukuran sampel dengan menggunakan rumus *slovin*. Sesuai perhitungan dari rumus Slovin ditemukan sampel penelitian minimal sebanyak 86 siswa SMA, namun peneliti mengambil sampel sebanyak 100 siswa

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner *self efficacy* dan kecemasan, studi pustaka dan observasi.

Uji Validitas dan Reliabilitas

Peneliti melakukan pengukuran guna menentukan validitasnya, peneliti menggunakan *Corrected Item Total Correlation* pada program bantuan aplikasi SPSS versi 25.0 *for windows*

(*Statistical Package for Social Sciences*) Sementara itu landasan dari daya beda aitem yang digunakan pada penelitian ini yaitu 0,3. Hasil uji instrumen data yang telah dilakukan terhadap setiap item dikatakan valid jika r hitung $\geq r$ tabel dengan r tabel = 0,300 dan item yang tidak valid Y2, Y13 dan Y23 < dengan r tabel = 0,300. Berdasarkan tabel di atas, hasil uji validitas variabel kecemasan (X) item Y2, Y13 dan Y23 dibuang karena tidak memenuhi tingkat validitas. Sedangkan hasil uji instrumen data yang telah dilakukan terhadap setiap item dikatakan valid jika r hitung $\geq r$ tabel dengan r tabel = 0,263. Berdasarkan tabel di atas, hasil uji validitas variabel *self efficacy* (X) dapat dikatakan bahwa valid atau pernyataan pada kuesioner di setiap item bisa untuk mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner yang dilakukan peneliti. Adapun uji reabilitas nilai *Cronbach Alpha* dari kuesioner *self efficacy* 0,840 dan kecemasan 0,768 yang menunjukkan bahwa instrumen penelitian dapat diandalkan untuk pengumpulan data

HASIL PENELITIAN

Jenis Kelamin

Penelitian ini menggunakan populasi siswa SMAIT Thariq Bin Ziyad yang aktif dengan sampel sebanyak 100 siswa, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 100 siswa. Berdasarkan hasil penelitian di lapangan, menunjukkan bahwa jumlah sampel laki-laki berjumlah 51 orang (51%) dan jumlah sampel perempuan adalah 49 orang (49%).

Kategorisasi Data Penelitian

Analisis data deskriptif berguna untuk mengetahui deskripsi data hipotetik (yang mungkin terjadi) dan data empiris (berdasarkan data di lapangan) dari variabel *self efficacy*. *Self efficacy* adalah masuk dalam kategori rendah dengan frekuensi sebanyak 45 siswa (45%). Secara rinci siswa yang memiliki *self efficacy* dengan kategori sangat tinggi sebanyak 10 siswa (10%), kategori tinggi sebanyak 17 siswa (17%), kategori sedang sebanyak 28 siswa (28%), kategori rendah sebanyak 45 siswa (45%), kategori sangat rendah sebanyak 4 siswa (4%). Dilihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* masuk dalam kategori rendah. Sedangkan kecemasan adalah masuk dalam kategori sedang dengan frekuensi sebanyak 60 siswa (60%). Secara rinci siswa yang memiliki kecemasan dengan kategori sangat tinggi sebanyak 8 siswa (8%), kategori tinggi sebanyak 12 siswa (12%), kategori sedang sebanyak 60 siswa (60%), kategori rendah sebanyak 14 siswa (14%), kategori sangat rendah sebanyak 6 siswa (6%). Dilihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa kecemasan masuk dalam kategori sedang.

Uji Normalitas

Berdasarkan hasil uji normalitas diperoleh hasil sebagai berikut.

Tabel 1
Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov

Variabel	N	Sig (ρ)	α	Hasil
<i>Self Efficacy</i>	100	0.651	0.05	Normal
Kecemasan		0.437	0.05	Normal

Berdasarkan tabel 1 di atas hasil uji normalitas diperoleh nilai signifikansi 0,651 dan 0,437 $p > 0,05$ maka dapat disimpulkan nilai residual berdistribusi normal.

Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah variable x dan y yaitu *self efficacy* dengan kecemasan memiliki hubungan yang linear atau tidak. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui linearitas kedua hubungan yaitu variabel bebas dan variabel terikat adalah jika $p > 0,05$ maka hubungannya linier dan sebaliknya jika $p < 0,05$ maka hubungannya tidak linier.

Tabel 2
Hasil Uji Linieritas

Variabel	<i>F Linierity</i>	<i>p</i>	Hasil
<i>Self efficacy</i> dengan kecemasan	48.959	0.000	Linieritas

Berdasarkan tabel 2 di atas, hasil uji linearitas hubungan yang dilakukan dengan menggunakan *SPSS 25.00*, diperoleh *linearity* dengan $F = 48.959$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini berarti kedua skala memiliki sifat linear dan tidak menyimpang dari garis lurus, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara *self efficacy* dengan variabel kecemasan.

Uji Hipotesis

Setelah terpenuhi uji prasyarat, maka langkah selanjutnya adalah uji hipotesis yang dilakukan dengan analisis korelasi *product moment* dari *Person*. Hal ini dikarenakan kedua variabel penelitian berdistribusi normal dan linier. Metode ini digunakan untuk menganalisis hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan pada siswa di SMAIT Thariq Bin Ziyad. Dan hasil analisis hipotesis dapat dilihat pada tabel 3

Tabel 3
Uji Hipotesis

Variabel	<i>R_{hitung}</i>	<i>R_{tabel}</i>	<i>p</i>	α	Hasil
<i>Self efficacy</i> dengan kecemasan	0.517	0.194	0.000	0.050	Linieritas

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa koefisien korelasi (r) = $-0,517 > r_{tabel} = 0,194$ menandakan bahwa terdapat hubungan positif antara *self efficacy* dengan kecemasan. Dengan demikian, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah kecemasan yang dimiliki siswa SMAIT Thariq Bin Ziyad yang menjadi responden dalam penelitian ini, sebaliknya semakin rendah *self efficacy* maka semakin tinggi kecemasan yang dimiliki siswa SMAIT Thariq Bin Ziyad yang menjadi responden dalam penelitian ini. Kriteria nilai 0.517 memiliki hubungan yang sedang antara *self efficacy* dengan kecemasan. Hasil analisis penelitian ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p) = $0,00$ ($p < 0,05$) yang artinya ada hubungan yang sangat signifikan antara variabel *self efficacy* dengan kecemasan dan hipotesis penelitian diterima.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan pada siswa SMAIT Thariq Bin Ziyad. Setelah dilakukan uji korelasi *product moment* dari *Person*, maka diperoleh koefisien korelasi sebesar $-0,517$ dengan taraf signifikansi yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *self efficacy* dengan kecemasan yang berarti hipotesis yang diajukan diterima. Hubungan tersebut menunjukkan semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah kecemasan pada siswa SMAIT Thariq Bin Ziyad yang menjadi responden dalam penelitian ini, begitupun sebaliknya semakin

rendah *self efficacy* maka semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum yang dimiliki siswa SMAIT Thariq Bin Ziyad yang menjadi responden dalam penelitian ini. Adapun hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan dengan kategori sedang.

Berdasarkan hasil penelitian data deskriptif menunjukkan bahwa *self efficacy* masuk dalam kategori rendah dan tingkat kecemasan masuk dalam kategori sedang. Siswa cukup yakin terhadap kemampuannya dalam presentasi di kelas cukup dapat mengontrol kecemasan yang ada sehingga terkadang atau bisa membangkitkan pikiran yang negatif dalam dirinya. Secara keseluruhan, siswa memiliki *self efficacy* rendah yang tidak dapat mengontrol pikiran negatif akan merasa tidak yakin terhadap kemampuannya dalam presentasi di depan kelas sehingga membangkitkan perasaan cemas yang menimbulkan perasaan khawatir, takut, merasa tidak mampu serta meremehkan kemampuannya dalam presentasi di depan kelas. Dan siswa yang memiliki *self efficacy* sedang memiliki efikasi diri individu yang kuat semakin berani menghadapi tindakan yang menekan, individu yang mempunyai efikasi diri yang kuat tidak akan membangkitkan pola-pola pikiran yang mengganggu dan dapat mengatasi hal yang sangat mengancam sekalipun. Untuk mengatasi seseorang yang mempunyai *self efficacy*, dapat dilakukan dengan mengubah keyakinannya akan kemampuannya. Seseorang yang memiliki efikasi diri, akan memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu menghadapi situasi yang kurang menyenangkan atau situasi yang menegangkan, dan meyakini bahwa nantinya akan berhasil dalam menghadapi situasi tersebut.

Siswa yang memiliki kecemasan presentasi di depan kelas yang sedang, tentu tidak semua orang memiliki keterampilan berbicara yang baik ketika di depan umum, dalam artian mampu berbicara dengan lancar dan menarik. Beberapa orang justru menjadi gugup, grogi, gemetar, dan bingung ketika berhadapan dengan orang banyak, bahkan tidak sedikit orang yang mengalami kecemasan. Kecemasan dapat menghambat komunikasi dan kesulitan dalam memahami dan menggunakan bahasa serta kesulitan dalam melakukan pembicaraan dan artikulasi (suara-suara untuk berbicara), Sedangkan siswa yang memiliki kecemasan berbicara di depan kelas yang tinggi ketidakmampuan individu untuk mengembangkan percakapan yang bukan disebabkan oleh kurangnya pengetahuan, akan tetapi akan karena adanya ketidakmampuan menyampaikan pesan secara sempurna. Gangguan yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang dalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas. Sebagian besar berkenaan dengan bagaimana cara kita berfikir mengenai diri kita terkait dengan situasi komunikasi yang di hadapi. Artinya, pemikiran negatif dapat menyebabkan seseorang yang menjadi terlalu khawatir dengan dirinya sendiri, sehingga ia harus memperhitungkan segala informasi dan gejala yang muncul dari lingkungan sekitarnya. Hal ini menyebabkan proses pengolahan informasi yang norma menjadi terganggu, sehingga pada akhirnya mendorong seseorang untuk menarik diri dari lingkungannya.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yaitu pendekatan secara kuantitatif yang digunakan hanya di interpretasikan ke dalam angka dan persentase yang kemudian dideskripsikan berdasarkan dari hasil yang diperoleh sehingga tidak mampu melihat secara lebih luas dinamika psikologi yang terjadi. Penyebaran skala juga dilakukan secara online melalui *google form* dengan cara membagikan *barcode* skala penelitian ke grup-grup dan menghubungi secara pribadi melalui aplikasi *whatsapp*, telegram dan instagram. Hal ini dikarenakan penyebaran skala melalui *goggle form* responden yang mengisi terkadang kurang mau untuk mengisi kuesioner dengan alasan sibuk, tergesa-gesa karena ada pekerjaan yang harus dilakukan sampai tidak mengerti apa itu kuesioner karena pertama kali melihat kuesioner.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian ini, maka diperoleh nilai korelasi $r = 0,517$ dengan $p = 0,000$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *self-efficacy*

dengan kecemasan presentasi di depan kelas pada siswa SMAIT Thariq Bin Ziyad . Artinya, semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah kecemasan presentasi di depan kelas pada siswa SMAIT Thariq Bin Ziyad, sebaliknya jika semakin rendah *self efficacy* maka semakin tinggi kecemasan presentasi di depan kelas pada siswa SMAIT Thariq Bin Ziyad. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, R. R., Anissa, M., Hariyani, I. P., & Rafli, R. (2022). *Edukasi Masyarakat Mengenai Gejala Cemas*. 6(4), 876-881.
- Alimaskus, D. J., Tambunsaribu, R. suryanita, & Rulita, S. (2023). Pengaruh Self Efficacy Terhadap Kemampuan Public Speaking Mahasiswa. *JKOMDIS : Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial*, 3(1), 12-15. <https://doi.org/10.47233/jkomdis.v3i1.437>
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian. *Jurnal Pilar*, 14(1), 15-31.
- Anggriani, D., Waliya Hamima, N., Farah Laili Azka, K., Saputra Umara, N., Tim, C., & Tangerang Selatan, K. (2022). Mengembangkan Keterampilan Berbicara Dan Rasa Percaya Diri Melalui Public Speaking Bagi Anak Panti Asuhan Wisma Karya Bakti. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LP UMJ*, 1-6. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
- Annisa, D. F., & Ildil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy : The Exercise Of Control*. Freeman and Company.
- Baron, R. A. & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial*. Jakarta : Erlangga.
- Bukhori, B. (2017). Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Ditinjau Dari Kepercayaan Diri Dan Keaktifan Dalam Organisasi Kemahasiswaan. *Jurnal Komunikasi Islam*, 6(1), 158-186. <https://doi.org/10.15642/jki.2016.6.1.158-186>
- Bylkova, S., Chubova, E., & Kudryashov, I. (2021). Public speaking as a tool for developing students' communication and speech skills. *E3S Web of Conferences*, 273. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202127311030>
- Cecilia A. Essau. (2013). *The Wiley-Blackwell Handbook of The Treatment of Childhood and Adolescent Anxiety*.
- Christalisana, C. (2018). Pengaruh Pengalaman Dan Karakter Sumber Daya Manusia Konsultan Manajemen Konstruksi Terhadap Kualitas Pekerjaan Pada Proyek Di Kabupaten Pandeglang. *Jurnal Fondasi*, 7(1), 87-98. <https://doi.org/10.36055/jft.v7i1.3305>
- Clara Sari, A. (2018). *Komunikasi Dan Media Sosial*. January 2019. <https://www.researchgate.net/publication/329998890>
- Duane P. Schultz & Sydney Ellen Schultz. (1986). Theories of Personality. *Introductory Psychology for Nursing and Allied Health Sciences*, 195-195. https://doi.org/10.5005/jp/books/11135_13
- Fauziana. (2022). Pengaruh Self Efficacy Terhadap Kemampuan Memecahkan Masalah. *Jurnal Pendidikan*, 11(1), 2022.
- Gaffar, F., Ilham, M., & Hadi, P. (2022). *Pengaruh Penggunaan Media Presentasi Terhadap Hasil Belajar Matematika Pada Siswa SDN Daya 1 Kecamatan Biringkanaya Kota Makassar*. 12, 243-249.
- Gallego, A., McHugh, L., Penttonen, M., & Lappalainen, R. (2022). Measuring Public Speaking Anxiety: Self-report, behavioral, and physiological. *Behavior Modification*, 46(4), 782-798. <https://doi.org/10.1177/0145445521994308>
- Gunawan, D. A. (2018). Efektivitas Media Presentasi Terhadap Daya Ingat Siswa SMP Islam Terpadu Al-Ma'mun Education Center Serua-Depok.

Repository.Uinjkt.Ac.Id.<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/39915>

- Halim Hi. Djaham Lumuan. (2015). *PENERAPAN METODE PRESENTASI DAN DISKUSI UNTUK MENINGKATKAN MINAT DAN HASIL BELAJAR FISIKA SISWA KELAS XII IPA3 SMA NEGERI 1 BANGGAI*. 4(1), 1-23.
- Hamama, S. (2023). Upaya Mengurangi Kecemasan Berbicara Di Depan Publik dalam Public Speaking dari Sisi Psikologis dan Praktis. *Selasar KPI : Referensi Media Komunikasi Dan Dakwah*, 3(1), 76-83. <https://ejournal.iainu-kebumen.ac.id/index.php/selasar>
- Jayanti, N. K. A. E., Krisnawati, K. M. S., & Devi, N. L. P. S. (2021). Hubungan Self- Efficacy Terhadap Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Menghadapi Ujian Praktik Laboratorium. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 9(3), 287. <https://doi.org/10.24843/coping.2021.v09.i03.p07>
- Jendra, A. F., & Sugiyono, S. (2020). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Presentasi Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Wuryantoro. *KONSELING EDUKASI "Journal of Guidance and Counseling"*, 4(1), 138-159. <https://doi.org/10.21043/konseling.v4i1.5992>
- Jhon W. Santrock. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta : Erlangga.
- Joko Murdiyanto, Suesti, Sindi Claudia, H. P. (2023). HUBUNGAN SELF- EFFICACYDENGAN KECEMASAN MAHASISWA UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA MENGHADAPI DOPSSAAT PRAKTIK KLINIK LAPANGAN. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2.
- Kasih, D., & Sudarji, S. (2012). Hubungan Self Efficacy terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia. *Jurnal Psibernetika*, 5(2), 46-58.
- Kemendikbud. (2014). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 103 Tahun 2014 tentang Pembelajaran pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah. *Peraturan Menteri Pendidikan*, 53(9), 1-11. [https://jdih.kemdikbud.go.id/sjdih/siperpu/dokumen/salinan/Permendikbud Nomor 103 Tahun 2014](https://jdih.kemdikbud.go.id/sjdih/siperpu/dokumen/salinan/Permendikbud_Nomor_103_Tahun_2014)
- Lani, O. P., Mastanora, R., Handayani, B., & Maimori, R. (2021). Komunikasi Verbal Nonverbal Pada Film Kartun Shaun theSheep. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 10(2), 161-169. <https://jkms.ejournal.unri.ac.id/index.php/JKMS/article/download/7472/6515>
- Lianto. (2019). Self-Efficacy: A Brief Literature Review. *Jurnal Manajemen Motivasi*, 15(2), 55. <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>
- Mucharam, A. (2022). Membangun Komunikasi Publik Yang Efektif. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 27(1), 71-82.
- Musri, A. (2020). Hubungan konsep diri dengan kecemasan dalam mematuhi aturan pada santri dayah insan qurani sibreh Aceh besar. *Sains Riset (JSR)*. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/12145/>
- Naryoso, Y. K. N. & A. (2018). *Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan dalam Menyampaikan Pidato pada Mahasiswa Peserta Kuliah Public Speaking Departemen Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro*. 11(1), 1-5. <http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-59379-1>
- Nempung, T., Setyaningsih, T., & Syamsiah, N. (2015). *Otomatisasi Metode Penelitian Skala Likert Berbasis Web*. November, 1-8.
- Nevid, J. S. (2005). *Psikologi Abnormal* (5th ed.). Jakarta : Erlangga.
- Noor, I. N. A. A., & Ag, S. (2022). *PENGUNAAN METODE PRESENTASI UNTUK MENINGKATKAN KEAKTIFAN PESERTA DIDIK DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DI SMPN 1 SUNGAI LOBAN*. 1(1), 397-409.
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2017). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas Ix Di Mts Al Hikmah Brebes. *Hisbah: Jurnal*

- Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 13(2), 51-68.
<https://doi.org/10.14421/hisbah.2016.132-04>
- Prasetyo, A., Nugroho, G. S., Muchran, M., & Hazmin, G. (2023). *Meningkatkan Keterampilan Public Speaking untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi di Depan Umum*. 7(2), 192-198.
- Puspitaningtyas, D. (2012). Kecemasan berbicara dalam presentasi bahasa indonesia siswa kelas Xi-Bahasa SMA Negeri 1 Grati Pasuruan. *Jurnal Linguistik*, 1(1), 1-9.
- Rahmayanti, S., Asbari, M., & Fajrin, S. F. (2024). *Pentingnya Public Speaking guna Meningkatkan Kompetensi Komunikasi Mahasiswa*. 03(03), 11-14.
- Riani, W. S., & Rozali, Y. A. (2014). Hubungan antara self efficacy dan kecemasan saat presentasi pada mahasiswa univeristas esa unggul. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 1-9.
<https://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/psiko/article/view/1457>
- Saraswati, N., Dwidiyanti, M., Santoso, A., & Wijayanti, D. Y. (2021). Hubungan Efikasi Diri dengan Kecemasan Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Keperawatan. *Holistic Nursing and Health Science*, 4(1), 1-7. <https://doi.org/10.14710/hnhs.4.1.2021.1-7>
- Siregar, R. A. (2018). *Hubungan Self Efficacy dengan Kemandirian Belajar pada Siswa SMPIT Al-Fakhri Sunggal*. 73.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Supardi, S. (1993). Populasi dan Sampel Penelitian. *Unisia*, 13(17), 100-108.
<https://doi.org/10.20885/unisia.vol13.iss17.art13>
- Sutrisno. (2018). Peningkatan Kemampuan Berbicara Siswa Kelas XII SMA N 1 Tanjungsari melalui Metode Presentasi dengan Media Power Point. *Jurnal Ide Guru*,3(1),109-120.<https://jurnal.dikpora.jogjapro.go.id/index.php/jurnalideguru/article/view/49>
- Tunru, A. A., Ilahi, R., & Hikmah, N. (2019). Analisis Minat Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Di SDN 027 Samarinda Ulu Kota Samarinda. *Jurnal PendidikanIPS*,4(2),5360.
- Yusuf, S. (2009). *Mental Hygine: Terapi Psikopiritual untuk Hidup Sehat Berkualitas* (B. : Maestro (ed.)).