

ABSTRAK

Khilda L: Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Angkatan 2011 Fakultas Psikologi UIN SGD Bandung

Penelitian ini berawal dari penemuan peneliti mengenai masalah kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa angkatan 2011 Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Berdasarkan hasil data angket terhadap 25 subjek terdapat beberapa mahasiswa yang merasa gugup, tegang dan cemas ketika melakukan aktivitas berbicara di depan umum. Selain itu subjek lainnya mengatakan bahwa meskipun mereka sudah melakukan latihan sebelumnya, namun mereka masih merasa kurang percaya diri dan akhirnya timbul suatu kecemasan. Penanganan kecemasan antara satu individu dengan individu lainnya dapat berbeda tergantung pada kontrol dirinya. Kontrol diri adalah tingkah laku untuk mengendalikan atau memonitor tindakan yang dilakukan dengan berbagai cara baik pada saat tidak ada tekanan maupun pada saat terjadi pertentangan dengan tekanan-tekanan yang ada dalam situasi yang dihadapinya.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode korelasional. Dengan maksud mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa angkatan 2011 UIN SGD Bandung, peneliti melakukan riset terhadap sampel sebanyak 56 orang dengan menggunakan *simple random sampling* dengan pengambilan sampel 45% dari populasi yang berjumlah 125 orang.

Penelitian ini menggunakan 2 buah skala sebagai alat ukur, yaitu skala kontrol diri dan skala kecemasan berbicara di depan umum yang dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan tujuan dan kebutuhan penelitian. Kedua skala ini menggunakan skala Likert berdasarkan aspek-aspek kontrol diri (Liebert 1979) dan aspek-aspek kecemasan berbicara di depan umum (DeVito 2011). Nilai reliabilitas untuk skala kontrol diri ialah (0,730) dan terdiri dari 32 item, sedangkan skala kecemasan berbicara di depan umum nilai reliabilitas (0,753) dan terdiri dari 56 item.

Berdasarkan pengujian statistik yang dilakukan dengan statistik uji *Rank Spearman* dan pengujian signifikansi maka diperoleh korelasi sebesar $r = 0,085$; $\rho = 0,534$ ($\rho = 0,05$). Hasil tersebut diperoleh kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa angkatan 2011 UIN SGD Bandung, sesuai dengan standar Guilford termasuk kedalam kategori sangat rendah.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG