



ANFUSINA: JOURNAL OF PSYCHOLOGY

<http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/anfusina>

DOI: // dx.doi.org/10.24042/ajp.v5i2.15713

Volume 5, Nomor 2, Oktober 2022

Hubungan Antara Komunikasi Dalam Keluarga Dan Citra Tubuh Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Tahun Pertama

Novia Claudia

Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

noviaclau14@gmail.com

M. Afif Anshori

Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

mafifanshori@radenintan.ac.id

Eska Prawisudawati Ulpa

Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

eskaprawisudawati@radenintan.ac.id

Article Information:

Received: 25 July 2022

Revised: 19 August 2022

Accepted: 28 September 2022

Abstrak

Kecemasan berbicara di depan umum adalah suatu keadaan tidak menyenangkan disertai dengan perasaan takut, khawatir, dan tidak nyaman yang akan membuat seseorang merasa tidak bisa menyampaikan pesannya secara baik dan benar dihadapan orang banyak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara komunikasi dalam keluarga dan citra tubuh dengan kecemasan berbicara di depan umum. Sampel dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Prodi Pendidikan Matematika angkatan 2021 Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung sebanyak 80 mahasiswa. Adapun teknik sampel yang digunakan adalah teknik *cluster sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala kecemasan berbicara di depan umum berjumlah 34 aitem ($\alpha = 0,892$) skala

Hubungan antara Komunikasi dalam Keluarga dan Citra Tubuh dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Tahun Pertama

komunikasi dalam keluarga 30 aitem ($\alpha = 0,826$) dan skala citra tubuh 40 aitem ($\alpha = 0,876$). Teknik analisis yang digunakan adalah analisis regresi berganda dengan *Software JASP* versi 0.15. Berdasarkan hasil penelitian menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara komunikasi dalam keluarga dan citra tubuh dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa tahun pertama dengan nilai $R = 0.420$ dan nilai $F = 8.269$ dengan taraf signifikan $p < 0.01$ ($p < 0.01$). Then, there is a significant negative relationship between communication within the family and public speaking anxiety in first year students with a value of $(R_{x1-y}) = -0.353$ with a significant level of $p = 0.001$ ($p < 0.01$) with an effective contribution (SE) of 5 %. Furthermore, there is a significant negative relationship between body image and public speaking anxiety in first year students with a value of $(R_{x1-y}) = -0.325$ with a significant level of $p = 0.003$ ($p < 0.01$) with an effective contribution (SE) of 10%.

Abstract

*Public speaking is an unpleasant situation accompanied by feelings of fear, worry, and discomfort that will make a person feel unable to convey his message properly and correctly in front of a crowd. This study aims to determine the relationship between komunikasi dalam keluarga and citra tubuh with kecemasan berbicara di depan umum. The population in the study was 80 students of the Mathematics Education Study Program class of 2021, Raden Intan State Islamic University, Lampung. The sample technique used is the cluster sampling technique. The data collection technique used a public speaking anxiety scale of 34 aitem ($\alpha = 0.892$) a family communication scale of 30 aitem ($\alpha = 0.826$) and a body image scale of 40 aitem ($\alpha = 0.876$). The analyst technique used is multiple regression analysis with *Software JASP* version 0.15. Based on the results of the study found that there was a significant relationship between communication in the family and body image with public speaking anxiety in first year students with an value of $R = 0.420$ and a value of $F = 8.269$ with a significant degree of $p < 0.01$ ($p < 0.01$). Secondly, there was a significant negative relationship between communication in the family and public speaking anxiety in first-year students with a grade $(R_{x1-y}) = -0.353$ with a significant level $p = 0.001$ ($p < 0.01$) with an effective contribution (SE) of 5%. Third, there was a significant negative relationship between body image and public speaking anxiety in first-year students with a grade $(R_{x1-y}) = -0.325$ with a significant level $p = 0.003$ ($p < 0.01$) with an effective contribution (SE) of 10%.*

Keywords: *Public Speaking Anxiety, Communication In The Family, Body Image.*

Pendahuluan

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online mahasiswa adalah seseorang yang belajar di perguruan tinggi. Mahasiswa merupakan seseorang yang tengah menempuh pendidikan di salah satu lembaga besar ataupun universitas dengan waktu yang sudah

ditetapkan. Seperti contohnya yaitu untuk jenjang strata (S1) dengan waktu 4, (S2) dengan waktu 2 tahun, diploma (D3) dengan waktu 3 tahun, (D4) dengan waktu 4 tahun. Sebagai seorang siswa memasuki dunia perkuliahan merupakan sesuatu yang sangat ditunggu-tunggu. Bayangan yang terdapat pada saat mengamati dunia perkuliahan adalah dapat masuk kelas menggunakan pakaian yang sesuai dengan aturan universitas yang sudah ditetapkan, waktu masuk jam perkuliahan yang santai. Informasi di dalam (Lokadata) dari Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi dan Kemendikbud pada 2019 jumlah mahasiswa sebanyak 7,3 juta baik dari Perguruan Tinggi Negeri dan juga Swasta. Jumlah mahasiswa di Indonesia naik 5,01% dari tahun sebelumnya. Tujuan yang paling penting dari memasuki dunia perkuliahan yaitu mengembangkan potensi yang dimiliki, dan juga memperoleh gelar sarjana.

Menjadi mahasiswa harus mempunyai komunikasi yang baik karena komunikasi merupakan salah satu proses pembelajaran di bangku perkuliahan. Dalam perkuliahan terdapat proses belajar yang meliputi diskusi dan presentasi tugas. Dalam dunia perkuliahan mahasiswa dituntut untuk bisa berbicara di depan umum karena akan memudahkan mahasiswa menyampaikan ide juga mengemukakan pendapat. Menyampaikan ide atau gagasan di depan umum diperlukan kemampuan bahasa yang baik agar orang yang mendengar mudah memahami apa yang dibicarakan. Komunikasi yang baik akan menjadi nilai tambah tersendiri bagi mahasiswa (Nurhasanah, 2021) .

Bagi mahasiswa berbicara di depan umum tidaklah mudah, termasuk pada mahasiswa semester awal dikarenakan sedang beradaptasi dengan lingkungannya yaitu dunia perkuliahan. Mahasiswa tahun pertama masuk pada usia 17-20 tahun, usia tersebut masuk pada fase remaja (Santrock, 2012). Mahasiswa semester awal merupakan masa transisi dari masa sekolah ke masa perkuliahan. Pada masa sekolah individu terbiasa menerima materi dari guru. Namun, pada masa perkuliahan mahasiswa dituntut untuk bisa membagikan ilmu yang di pelajari dalam bentuk presentasi ataupun diskusi kelompok. Kondisi ini membuat mahasiswa tahun pertama harus memberanikan dirinya untuk berbicara di depan umum untuk lebih mandiri, aktif dan berinisiatif dalam mencari informasi.

Dalam praktiknya, tidak semua mahasiswa mampu berbicara di depan umum, salah satu yang mengakibatkan kesulitan berbicara di depan umum yaitu karena mahasiswa mempunyai kecemasan dalam menyampaikan informasi terutama di depan umum (Bukhori, 2018). Ketika berbicara di depan umum reaksi yang muncul yaitu gugup,

Hubungan antara Komunikasi dalam Keluarga dan Citra Tubuh dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Tahun Pertama

cemas, khawatir, keringat dingin, dan takut melakukan kesalahan. Kecemasan berbicara di depan umum sering kali terjadi disaat seseorang berfikir bahwa dia tidak yakin dapat mengendalikan situasi yang akan dihadapinya, dan akibatnya tidak fokus dan merasa gelisah (Nurhasanah, 2021). Kondisi seperti ini dapat dikatakan sebagai kecemasan berbicara di depan umum seperti pendapat DeVito (2005) bahwa individu yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum menginginkan dirinya untuk tidak melakukan presentasi, menurunkan keinginannya untuk terlibat dalam interaksi berbicara di depan umum, sehingga dirinya akan berusaha menghindari situasi untuk berbicara di depan umum.

Kecemasan berbicara di depan umum merupakan salah satu hambatan bagi individu dalam menjalankan aktivitas akademis terutama yang berkaitan dengan pengembangan diri mahasiswa dalam proses pembelajaran (Mukhran et al., 2021). Harianti (2014) juga mengemukakan bahwa kecemasan berbicara di depan umum terjadi karena ketidakmampuan individu ketika dihadapkan pada situasi ramai sehingga individu merasa cemas ketika berada di lingkungan orang banyak. Kecemasan berbicara di depan umum ditandai dengan rasa khawatir, gelisah, deg-deg an, badan terasa panas dingin, tidak mampu menemukan penyelesaian dengan apa yang dirasakan (Hurlock, 1997).

Beberapa penelitian yang menunjukkan adanya kecemasan berbicara di depan umum yaitu penelitian di Amerika oleh Pearson et al.,(2010) dan penelitian di Brazilia Marinho et al., (2015) menemukan bahwa mahasiswa mengalami gangguan berkomunikasi ketika harus presentasi di depan kelas. Penelitian yang dilakukan oleh Del Villar (2010) yang dilakukan di Filipina menyatakan bahwa mahasiswa merasakan cemas ketika berbicara di depan umum untuk mempresentasikan hasil pekerjaanya.

Penelitian di Indonesia juga menunjukkan hal yang sama, yaitu pada penelitian Sugiharta (2016) yang menjelaskan bahwa sejumlah 72% mahasiswa PGSD Ngaliyan Universitas Negeri Semarang merasakan kecemasan berbicara di depan umum. Begitu juga penelitian yang dilakukan oleh Cristianiningsih dan Widyana (2017) mendapatkan hasil yaitu 84% mahasiswa Progam Studi Ilmu komunikasi Universitas X Jakarta mengalami kecemasan berbicara di depan umum. Begitupula penelitian yang dilakukan oleh Rahayu et al., (2004) hasil yang didapat yaitu 45,56% mahasiswa berada pada taraf kecemasan tinggi, 35,27% mahasiswa berada pada taraf

kecemasan sedang, dan 20,23% mahasiswa berada pada taraf kecemasan rendah dalam hal berbicara di depan umum.

DeVito (2005) berpendapat bahwa kecemasan berbicara di depan umum merupakan hambatan berkomunikasi yang bisa di alami oleh setiap individu. Kecemasan berbicara di depan umum merupakan keadaan khawatir yang menciptakan individu berfikir bahwa sesuatu yang tidak baik akan terjadi (Nevid et al., 2005). Burgoon dan Rufner (1979) dalam buku "*Human Communication*" menyatakan bahwa *communication apprehension* adalah istilah untuk menggambarkan reaksi negatif dalam bentuk kecemasan seseorang dalam pengalaman berkomunikasi seperti kecemasan berbicara di depan umum.

Kecemasan berbicara di depan umum dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor internal ada dua yaitu pola pikir positif dan negatif, dan ketrampilan komunikasi. Sedangkan faktor eksternal ada tiga yaitu lingkungan baru, budaya, dan komunikasi dalam keluarga. Komunikasi dalam keluarga terjadi sejak individu pada usia kanak-kanak sampai beranjak dewasa, komunikasi anak pertama kali terjalin dengan orang tua nya. Hadirnya seorang anak dalam keluarga membuat komunikasi dalam keluarga harus lebih terjalin dalam artian orang tua perlu melakukan komunikasi yang baik dan sesering mungkin dengan anak (Ngalimun, 2017). Orang tua menjadi salah satu kunci keberhasilan perilaku anak dalam segala hal baik dalam berkomunikasi ataupun dalam pendidikan formal. Komunikasi orang tua mempunyai peran penting dalam menentukan perilaku anak, mendewasakan diri anak. Rumono (2014) mengemukakan bahwa komunikasi yang baik adalah ketika orang tua dan anak bisa mengambil keputusan bersama dengan cara berdiskusi secara langsung dengan kondisi yang tenang dan santai.

Selain itu juga ada beberapa faktor kecemasan berbicara di depan umum menurut Burgoon dan Rufner (1978) yaitu pengalaman individu, persefektif negatif, dan citra tubuh. Mahasiswa tahun pertama yaitu masuk pada fase remaja akhir dimana terjadinya perkembangan fisik, kognitif, dan emosional hingga individu dapat mencapai identitasnya. Salah satu aspek pembentukan identitas ialah citra tubuh (Santrock, 2012) citra tubuh ialah hal yang penting bagi remaja, karena remaja lebih sering melakukan perbandingan sosial ketika mengevaluasi dirinya. Cash dan Prunzky (2002) mengemukakan bahwa citra tubuh yaitu persepsi individu atas apa yang difikirkan dan dirasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya (wajah, tangan, kaki, rambut dan bagian tubuh lainnya). Performa fisik merupakan sesuatu yang ditampilkan individu ketika berbicara di

Hubungan antara Komunikasi dalam Keluarga dan Citra Tubuh dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Tahun Pertama

depan umum. Jika individu merasa ada yang kurang atau salah dalam tubuhnya ataupun performa fisiknya maka individu akan merasa tidak percaya diri, dari hal tersebut dapat menyebabkan kecemasan ketika berbicara di depan umum pada mahasiswa. Mahasiswa yang sedang berbicara di depan umum merasakan bahwa dirinya sedang dinilai oleh orang-orang yang berada di hadapannya sehingga individu merasa cemas.

Cash dan Prunzky (2002) menyatakan bahwa apabila individu memiliki citra tubuh positif maka kecemasan berbicara di depan umum nya rendah dan begitu sebaliknya apabila citra tubuh negatif maka akan tinggi kecemasan berbicara di depan umum. Citra tubuh positif juga dapat membuat individu merasa nyaman dalam interaksi sosialnya, individu mampu membangun hubungan lebih baik dengan orang lain dan merasa percaya diri terhadap dirinya. Selain itu individu juga merasa lebih optimis, memiliki harga diri yang tinggi, berat tubuh yang stabil dan dapat menyaring evaluasi-evaluasi negatif terhadap penampilannya.

Berdasarkan uraian di atas maka penelitian yang akan dilakukan yaitu tentang tentang Hubungan Antara Komunikasi Dalam Keluarga dan Citra Tubuh dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Tahun Pertama.

Metode Penelitian

Sampel dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Prodi Pendidikan Matematika angkatan 2021 Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung sebanyak 80 mahasiswa. Metode dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan teknik *cluster sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala kecemasan berbicara di depan umum berjumlah 34 aitem ($\alpha = 0,892$) yang mengacu pada teori Semium (2006), skala komunikasi dalam keluarga 30 aitem ($\alpha = 0,826$) Mengacu pada teori DeVito (2011), dan skala citra tubuh 40 aitem ($\alpha = 0,876$) mengacu pada teori Cash dan Prunzky (2011). Teknik analisis yang digunakan adalah analisis regresi berganda dengan *Software JASP* versi 0.15

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara komunikasi dalam keluarga dan citra tubuh dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa tahun pertama. Subjek penelitian ini ialah mahasiswa tahun pertama jurusan pendidikan

matemtika Univeritas Islam Negeri Raden Intan Lampung angkatan 2021 yang berjumlah 80 mahasiswa yang diambil menggunakan teknik *cluster sampling*. Untuk skala dalam penelitian ini memiliki tiga skala yaitu komunikasi dalam keluarga yang dibuat sendiri oleh peneliti sedangkan untuk skala citra tubuh dan kecemasan berbicara di depan umum menggunakan skala yang telah dibuat oleh peneliti sebelumnya.

Berdasarkan hasil penelitian terdapat tiga kategori pada variabel kecemasan berbicara di depan umum dan komunikasi dalam keluarga yaitu, yaitu kategori tinggi, sedang, rendah. Sedangkan variabel citra tubuh digolongkan menjadi dua kategori yaitu positif dan negatif. Menurut hasil dari analisis data yang dilakukan maka diperoleh kategorisasi kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa tahun pertama jurusan pendidikan matematika Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung memiliki taraf yang berbeda-beda. Pada variabel kecemasan berbicara di depan umum pada kategori tinggi sebanyak 5 mahasiswa dengan presentase 6.25%, sedangkan kategori sedang sebanyak 75 mahasiswa dengan 93.75%, dan untuk kategori rendah tidak diperoleh mahasiswa sehingga presentase nya 0%. Dapat disimpulkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa tahun pertama jurusan pendidikan matematika Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung angkatan 2021 masuk pada kategori tinggi.

Variabel komunikasi dalam keluarga pada kategori tinggi sebanyak 18 mahasiswa dengan presentase 22.5%, sedangkan kategori sedang sebanyak 62 mahasiswa dengan presentase 77.5%, dan untuk kategori rendah tidak diperoleh mahasiswa sehingga presentase nya 0%. Dapat disimpulkan bahwa komunikasi dalam keluarga pada mahasiswa tahun pertama jurusan pendidikan matematika Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung angkatan 2021 masuk pada kategori sedang.

Selanjutnya variabel citra tubuh yaitu pada kateogri positif sebanyak 35 mahasiswa dengan presentase 43.75%, sedangkan kategori negatif sebanyak 45 mahasiswa dengan presentase 56.25%. Dapat disimpulkan bahwa citra tubuh pada mahasiswa tahun pertama jurusan pendidikan matematika Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung angkatan 2021 masuk pada kategori negatif.

Berdasarkan analisis data yang dilakukan oleh peneliti di dapat tiga hipotesis yaitu pada hipotesis pertama mendapatkan hasil bahwa “ada hubungan yang signifikan antara komunikasi dalalam keluarga dan citra tubuh dengan kecemasan berbicara di depan umum pada

Hubungan antara Komunikasi dalam Keluarga dan Citra Tubuh dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Tahun Pertama

masiswa tahun pertama” dengan nilai $R = 0.420$ dengan nilai $F = 8.269$ dengan taraf signifikan $p < 0.01$, serta untuk kedua variabel memberikan sumbangan efektif (SE) sebesar 15%.

Hasil uji hipotesis kedua mendapatkan hasil bahwa hipotesis kedua dapat diterima, yaitu ada hubungan yang signifikan antara komunikasi dalam keluarga dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa tahun pertama. Variabel komunikasi dalam keluarga memberikan sumbangan efektif sebesar 5% terhadap variabel kecemasan berbicara di depan umum ($\beta = -0,142$; $p < 0.01$) dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0.353 . Hubungan yang signifikan disini berarti negatif signifikan yang artinya yaitu apabila komunikasi dalam keluarga yang dimiliki mahasiswa tahun pertama tinggi maka kecemasan berbicara di depan umum yang dialami mahasiswa tahun pertama rendah. Begitu juga sebaliknya apabila komunikasi dalam keluarga yang dimiliki mahasiswa tahun pertama rendah maka kecemasan berbicara di depan umum tinggi.

Selanjutnya, pada pengujian hipotesis ketiga mendapatkan hasil bahwa hipotesis ketiga dapat diterima, yaitu ada hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa tahun pertama. Variabel citra tubuh memberikan sumbangan efektif sebesar 10% terhadap variabel kecemasan berbicara di depan umum ($\beta = -0,309$; $p < 0.01$) dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0.325 . Hubungan yang signifikan disini berarti negatif signifikan yang artinya yaitu apabila citra tubuh yang dimiliki mahasiswa tahun pertama positif maka kecemasan berbicara di depan umum yang dialami mahasiswa tahun pertama rendah. Begitu juga sebaliknya apabila citra tubuh yang dimiliki mahasiswa tahun pertama negatif maka kecemasan berbicara di depan umum tinggi.

Hasil penelitian di atas selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Romadhoni (2019) dengan judul “Hubungan *Self-Efficacy* Dan Kualitas Komunikasi Dalam Keluarga Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya” penelitian tersebut menemukan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara kualitas komunikasi dalam keluarga dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945, dengan nilai $\rho -0.268$ $p < 0.018$ ($p < 0.05$). Artinya arah hubungan yang negatif menunjukkan semakin tinggi kualitas komunikasi dalam keluarga yang dimiliki mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 maka tingkat kecemasan berbicara di depan umum

yang di alami rendah. Dan sebaliknya semakin rendah kualitas komunikasi dalam keluarga yang dimiliki mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 maka tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang di alami tinggi.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Listiyani (2015) dengan judul “Kecemasan Berbicara di Kelas Ditinjau dari Komunikasi dalam Keluarga dan *Self-Efficacy* pada Siswa Kelas VII SMP N 3 Widodaren Kabupaten Ngawi” penelitian tersebut menemukan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara komunikasi dalam keluarga dengan kecemasan berbicara di kelas pada siswa kelas VII SMPN N 3 Widodaren, dalam penelitian ini menghasilkan perhitungan koefisien korelasi $r = -0.396$ dengan $\text{sig} = 0.000$ ($p < 0.05$), yang berarti ada hubungan negatif antara komunikasi dalam keluarga dengan kecemasan berbicara di kelas pada siswa kelas VII SMPN N 3 Widodaren.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Rahmadani dan Sawitri (2018) “Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Padjajaran”. Penelitian tersebut menemukan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara citra tubuh dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Padjajaran, dalam penelitian ini menghasilkan perhitungan nilai koefisien $r = -.45$ ($p < .001$). Artinya semakin positif citra tubuh yang dirasakan oleh mahasiswa tahun pertama Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Padjajaran maka kecemasan berbicara di depan umum semakin rendah. Begitu juga sebaliknya semakin negatif citra tubuh yang dirasakan oleh mahasiswa tahun pertama Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Padjajaran maka kecemasan berbicara di depan umum semakin tinggi.

Berdasarkan hasil pengujian ketiga hipotesis pada penelitian ini dapat dilihat bahwa citra tubuh lebih besar memberikan pengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum dibandingkan dengan komunikasi dalam keluarga. Hal tersebut dapat dilihat pada sumbangan efektif yang diberikan oleh citra tubuh terhadap kecemasan berbicara di depan umum lebih besar daripada yang diberikan komunikasi dalam keluarga terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa tahun pertama. Citra tubuh memberikan sumbangan efektif sebesar 10% sedangkan komunikasi dalam keluarga memberikan sumbangan efektif sebesar 5%. Artinya, 85% variabel citra tubuh dan komunikasi dalam keluarga dipengaruhi oleh faktor

Hubungan antara Komunikasi dalam Keluarga dan Citra Tubuh dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Tahun Pertama

lain seperti yang disebutkan oleh Burgoon dan Rufner (1978) yaitu pengalaman individu, perspektif negatif. Selanjutnya menurut DeVito (2011) faktor-faktor kecemasan berbicara di depan umum adalah hal baru, status rendah, kesadaran perbedaan, dan pengalaman masa lalu. Terdapat beberapa faktor lain yang mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum yang di dapat dari hasil jurnal penelitian yaitu, keterampilan komunikasi (Wahyuni, 2015), konsep diri dan kecerdasan emosional (Kholisin, 2014), kepercayaan diri (Lisanias et al., 2019) *self-efficacy* dan berfikir positif (Nurhasanah, 2021), strategi *coping* (Pusvitasari & Jayanti, 2021).

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara komunikasi dalam keluarga dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa tahun pertama menemukan bahwa semakin tinggi komunikasi dalam keluarga maka akan semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum, begitu juga sebaliknya apabila komunikasi dalam keluarga semakin rendah maka semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum. Selanjutnya yaitu hasil penelitian terkait citra tubuh dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa tahun pertama didapatkan hasil semakin positif citra tubuh maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum, sebaliknya semakin negatif citra tubuh maka akan semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum.

Daftar Pustaka

- Bukhori, B. (2018). Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Ditinjau Dari Kepercayaan Diri Dan Keaktifan Dalam Organisasi Kemahasiswaan. *Jurnal Komunikasi Islam*, 06(01), 159–186.
- Burgoon, M., & Rufner, M. (1978). *Human Communication*. Holt.
- Cash, T. F., & Prunzky, T. (2011). *Body Image; A hand book of science, pratice, andprevention*. The Guilford Press.
- Cristianiningsih, A. W. A., & Widyana, R. (2017). Hubungan Antara Berfikir Positif Dan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas X Jakarta. *Jurnal Psikologi*, 13, 14–25.
- Del Villar, C. P. (2010). Beginning Filipino students' attributions about oral communication anxiety. *Journal Media and Communication Studies*, 2(7), 159–169. <http://www.academicjournals.org/jmcs>
- DeVito, J. A. (2011). *Komunikasi Antarmanusia*. Karisma Publishing

Grup.

- Harianti, N. (2014). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Wisnuwardhana Malang. *Psikovidya*, 18(1), 80–98.
- Hurlock, E. B. (1997). *Psikologi Perkembangan*. Erlangga.
- Kholisin. (2014). Kecemasan Berbicara Ditinjau Dari Konsep Diri Dan Kecerdasan Emosional. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 34(1), 77. <https://doi.org/10.21580/jid.v34.1.65>
- Lisnias, C., Loekmono, & Yustinus, W. (2019). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan progdi pendidikan sejarah uksw salatiga. *Jurnal Psikologi Konseling*, 15(2), 462–473.
- Listiyani, W. L. M. H. (2015). Kecemasan Berbicara di Kelas Ditinjau dari Komunikasi dalam Keluarga dan Self- Efficacy pada Siswa Kelas VII SMP N 3 Widodaren Kabupaten Ngawi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrawijaya*, 4(1), 14–27.
- Lokadata. (n.d.). *Jumlah siswa SD dan Mahasiswa di Indonesia*. <https://lokadata.beritagar.id/chart/preview/jumlah-siswa-sd-dan-mahasiswa-di-indonesia-2020-1592350539>
- Marinho, A. C. F., Madeiros, A. M. D., Gama, A. C. C., & Teixeira, L. C. (2015). Fear of Public Speaking : Perception of College Students and Corraelates. *Journal of Voice*, 15(12), 34–40.
- Mukhran, D. R. A., Faradina, S., Sari, K., Afriani, A., & Amna, Z. (2021). Pengaruh Relaksasi Otot Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa. *Seurune : Jurnal Psikologi Unsyiah*, 4(2), 185–203. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v4i2.22703>
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greenc, B. (2005). *Psikologi Abnormal*. Erlangga
- Ngalimun. (2017). *Ilmu Komunikasi Sebuah Pengantar Praktis*. Pustaka Bary Press.
- Nurhasanah. (2021). Self Efficacy Dan Berpikir Posistif Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(2), 106–112. <https://doi.org/10.52657/jik.v10i2.1477>
- Pearson, J., Vevea, N. N., Child, J. T., & Semlak, J. (2010). The Only Thing to Fear isPublic Speaking? Exploring Predictors of Communication Apprehension in the Public Speaking Classroom. *Journal of the Communication, Speech & Theatre Association of North Dakota*, 22(1), 9–16.
- Pusvitasari, P., & Jayanti, A. M. (2021). Strategi Coping dan

Hubungan antara Komunikasi dalam Keluarga dan Citra Tubuh dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Tahun Pertama

- Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Psikomuda Connectedness*, 1(2), 21–31.
- Rahayu, I. T., Ardani, T. A., & Sulistyaningsih. (2004). Hubungan Pola Pikir Positif Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum. *Jurnal Empati*, 131–143.
- Rahmadani, T. A., & Sawitri, D. R. (2018). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Padjadjaran. *Empati*, 6(4), 242–246.
- Romadhoni, I. S. (2019). *Self-Efficacy Dan Kualitas Komunikasi Keluarga Deangn Kecemasan Berbicara Pada Mahasiswa*. 014, 1–11.
- Rumono, H. N. (2014). Hubungan Intensitas Komunikasi OrangTua-Anak dan Kelompok Referensi Dengan Minat Memilih Jurusan Ilmu Komunikasi Pada Siswa Kelas XII. *Ilmu Komunikasi*, 05, 1–11. <https://media.neliti.com/media/publications/198903-hubungan-intensitas-komunikasi-orangtua.pdf>
- Santrock, J. W. (2012a). *Life-Span Development : Perkembangan Masa-Hidup*. Gelora Aksara Pratama.
- Santrock, J. W. (2012b). *Perkembangan Masa-Hidup*. Gelora Aksara Pratama. Life-Span Development.
- Semium, Y. (2006). *Kesehatan Mental* (2nd ed.). Penerbit Kasinus.
- Sugiharta. (2016). Hubungan kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa pgsd ngaliyan universitas negeri semarang. In *Pendidikan* (Vol. 9).
- Wahyuni, E. (2015). Hubungan Self-Effecacy dan Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum. *Jurnal Komunikasi Islam*, 05(01).