

# **BAB I**

## **PENGANTAR**

### **A. Latar Belakang**

Manusia tidak dibebaskan dari efek interaksi manusia dalam kehidupan sehari-hari, misalnya interaksi dengan tetangga, teman ataupun orang tua. Ketika seseorang berinteraksi dengan orang banyak ada yang merasa gugup ketika berinteraksi. Setiap orang pasti mempunyai rasa cemas atau gugup ketika berkomunikasi dengan orang lain, tetapi dilihat dari individu tersebut bagaimana cara individu tersebut menyikapi rasa cemas ketika berkomunikasi dengan orang lain. Rasa cemas ketika berkomunikasi dengan orang lain itu sangat wajar bagi setiap manusia. Sebagaimana fenomena yang ditemukan oleh peneliti di sekolahan MA Sabilillah ada siswa ketika bertemu dengan orang baru dan dia merasa gugup atau cemas ketika berinteraksi atau komunikasi dengan orang tersebut karena dia merasa takut salah bicara, ada juga ketika melakukan presentasi didepan orang banyak dia merasa gugup dan takut, dan ada juga ketika berkumpul atau rapat siswa tersebut memilih diam dan hanya berbicara seperlunya saja. Hal ini menunjukkan adanya kecemasan komunikasi terhadap siswa.

Hasil survei yang dilakukan oleh peneliti terdapat 55 % siswa yang gugup ketika berbicara dengan orang yang baru dikenal dan 45 % siswa yang gugup ketika berbicara dengan orang yang baru dikenal, 55 % siswa ketika berada di sebuah forum lebih banyak diam dan 45 % siswa ketika berada di sebuah forum lebih banyak diam, 65 % siswa ketika berada di sebuah forum hanya berbicara seperlunya saja dan 35 % siswa ketika berada di sebuah forum hanya berbicara

seperlunya saja, 80 % siswa ketika presentasi merasa gugup dan 20 % siswa ketika presentasi merasa gugup, dan 30 % siswa tidak peduli ketika presentasi tidak sesuai dengan topik karena gugup dan 70 % siswa tidak peduli ketika presentasi tidak sesuai dengan topik karena gugup.

Hal ini diperkuat dengan pendapat nasional yang dilakukan pada tahun 1993 yang terdapat di jurnal (McDonald, 2010) yang berjudul "*Communication Apprehension*" dilakukan pada 1000 orang dewasa sambil mengajukan pertanyaan tentang ketakutan umum atau mimpi buruk di Amerika. Menurut penelitian, berbicara di depan kelompok adalah ketakutan utama yang melanda 45% orang Amerika, diikuti oleh masalah keuangan sebesar 40%, ketinggian sebesar 40%, dan air dalam sebesar 33%. Dari segi gender, ternyata lebih banyak wanita dari pada pria yang takut berbicara di depan kelompok, 54% wanita dibandingkan 34% pria. Studi ini mengungkapkan bahwa salah satu fobia terbesar orang Amerika adalah berbicara di depan umum. (McDonald, 2010).

Hasil dari survei yang dilakukan The People's Almanac Book yang terdapat di jurnal (Hasanah & Saugi, 2021) yang berjudul Sebuah survei terhadap 3000 orang Amerika tentang apa yang paling mereka takuti menunjukkan bahwa 21% dari mereka tidak mempercayai siswa IAIN Samarinda saat berbicara di depan 630 orang. Fenomena ini dikenal dengan "Isu ahasiswa IAIN samarinda tidak dapat dipercaya saat berbicara di depan audien." Mereka berpendapat bahwa berbicara di depan audiens lebih menegangkan dan menakutkan daripada mati, dan bahwa kurangnya kepercayaan diri ini adalah akar masalahnya (Hasanah & Saugi, 2021).

Komunikasi memiliki peran yang sangat penting dalam dunia pendidikan. Sekarang hampir semua kegiatan pembelajaran adalah berkomunikasi, seperti kegiatan pembelajarannya yaitu dengan presentasi. Ada beberapa siswa saat

melakukan presentasi merasa gugup, cemas, dan ada yang takut untuk mengungkapkan pendapatnya waktu presentasi. Komunikasi akan menantang dan membuat stres bagi mereka yang menghadapi rintangan. Hal ini menunjukkan bahwa adanya kecemasan komunikasi dengan siswa tersebut. Kecemasan komunikasi yang dimiliki siswa bisa menjadi penghambat pembelajaran siswa karena siswa memiliki rasa gugup atau cemas ketika presentasi, dan takut untuk mengungkapkan pendapat waktu presentasi. Ada kemungkinan bahwa materi yang telah dikuasai siswa tidak dapat disajikan secara efektif jika mereka mengalami kecemasan yang signifikan selama presentasi. Sama halnya ketika di dalam forum atau ketika rapat organisasi di sekolah siswa yang memiliki perasaan cemas ketika akan memulai pembicaraan akan susah untuk mengemukakan pendapatnya, dan bisa saja siswa tersebut menghindari situasi yang melibatkan diskusi atau berbicara seperlunya saja waktu di dalam forum tersebut.

Menurut Muslimin (2013; dalam Maros & Juniar, 2016) Ketakutan dan kekhawatiran dalam bentuk emosi negatif yang dialami oleh orang-orang ketika berbicara, baik dalam situasi interpersonal atau ketika berkomunikasi dengan banyak orang, dikenal sebagai kecemasan komunikasi. Kecemasan komunikasi adalah perasaan cemas dan tidak nyaman dirasakan oleh seseorang saat ia harus tampil di depan publik, disertai dengan ketakutan dalam berbicara di hadapan banyak orang (Fatmawati, 2007). Menurut Rakhmat (2007; dalam Fatmawati, 2007) Tanda-tanda kecemasan komunikasi disebut dengan berbagai nama, seperti kecemasan berbicara, demam panggung, atau stres kerja yang teratur. Burgoon dan Ruffner (1978; dalam Romadhona, 2012) menjelaskan tantangan komunikasi (*communication apprehension*) mengacu pada reaksi cemas seseorang terhadap komunikasi yang tidak menyenangkan, termasuk kecemasan saat

berkomunikasi antarpribadi dan kecemasan saat berbicara di hadapan banyak orang. Orang yang memiliki fobia komunikasi akan merasa tidak nyaman ketika terlibat dalam berbagai bentuk komunikasi, tidak hanya berbicara di depan umum. Orang tersebut berjuang untuk memprediksi emosinya yang tidak menguntungkan dan melakukan segala upaya untuk menghindari berbicara dengan orang lain. Fatmawati (2007) menjelaskan apa yang mungkin menyebabkan seseorang memiliki kecemasan komunikasi. Ketika individu berbicara di hadapan audiens, perhatian audiens tertuju padanya. Jika orang itu membuat gerakan bicara yang salah, penonton akan memperhatikan dengan seksama dan mungkin merasa segera terekspos dan bahkan terancam. (Fatmawati, 2007). Perasaan kecemasan komunikasi orang dapat dipengaruhi oleh sejumlah hal.

Menurut Powell dan Powell (2016) faktor yang mempengaruhi kecemasan komunikasi yaitu genetika, *skill acquisition*, *modelling* dan *reinforcement*. Disini peneliti mengambil salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan komunikasi untuk digunakan sebagai variabel bebas dalam penelitian yaitu *modelling* menurut (Powell R & Powell D, 2016).

Peneliti menggunakan strategi teknik *modelling* ini untuk membangun perilaku baru yang belum berkembang pada individu serta untuk memperkuat perilaku individu yang telah ditentukan sebelumnya. Dengan individu menggunakan teknik *modelling* agar orang dapat dengan cepat memahami perilaku yang ingin mereka modifikasi dan memperoleh perilaku yang lebih efektif, orang dapat segera melihat seseorang yang digunakan sebagai model dalam bentuk model hidup atau model simbolik.

Ketika tingkat kecemasan komunikasi seseorang tinggi bisa menggunakan cara teknik *modelling* agar tingkat kecemasan komunikasinya menurun, karena

teknik *modelling* ini cocok bagi seseorang yang mengalami kecemasan komunikasi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Safutra (2018) bahwa teknik *modelling* siswa yang berjuang dengan kecemasan komunikasi dapat menggunakannya. Selain itu, siswa dapat mengatasinya melalui proses pemodelan (*modeling*), imitasi (*imitasi*), dan pembelajaran melalui observasi (*pembelajaran observasional*), yang bermanfaat bagi siswa sebagai bahan memperoleh kemampuan untuk mengendalikan berbicara di depan umum dan kecemasan di kelas (Safutra et al., 2018). Bandara (1986; dalam Nursalim, 2013) bahwa pendekatan atau teknik *modelling* adalah strategi konseling yang memanfaatkan proses pembelajaran melalui pengamatan model atau model itu sendiri, serta perubahan perilaku yang disebabkan oleh peniruan atau pengulangan. (Nursalim, 2013).

Nursalim (2014) mengatakan untuk mempelajari perilaku baru dengan teknik *modelling*, menghilangkan kekhawatiran dan ketakutan, dan mengembangkan keterampilan sosial dengan menggunakan teknik *modelling*. Menurut gagasan itu, teknik *modelling* dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan. Individu akan memiliki lebih sedikit kekhawatiran dengan menerima pengalaman baru dari model yang kemudian mereka dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Nursalim, 2014). Teknik *modelling* dalam kecemasan komunikasi menurut Sharfina (2021) dipengaruhi oleh proses belajar dari orang lain atau meniru perilaku mereka. Remaja akan meniru mereka yang gugup atau takut untuk berbicara ketika mereka berada di sekitar mereka. ketika diminta untuk berpartisipasi dalam tindakan komunikasi tanpa konteks, ini membuat remaja lebih cemas untuk berkomunikasi. Misalnya, remaja akan memiliki kecemasan atau takut berbicara ketika mereka bertemu orang yang tidak mereka kenal dengan baik

dan tidak memiliki topik pembicaraan. Ini karena mereka tidak tahu harus berkata apa. (Sharfina, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Safutra dkk. (2018) diketahui bahwa kemampuan berbicara di depan umum siswa dapat berkisar dari sangat tinggi hingga sangat rendah. Kemudian, dengan menggunakan teknik *modelling*, anak-anak dengan tingkat kecemasan komunikasi sangat tinggi, tinggi, dan sedang mendapatkan terapi penguasaan. Setelah mendapatkan perlakuan jenis ini, akan dimungkinkan untuk mengamati perubahan tingkat keparahan kecemasan komunikasi mereka di depan kelas. (Safutra et al., 2018). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Armasari dkk. (2013) diketahui bahwa perlakuan penerapan teknik model konseling dengan dari 10 siswa yang menerima bantuan menggunakan teknik *modelling* konseling desensitisasi ini, ditemukan bahwa tujuh dari mereka mampu mengurangi tingkat kecemasan mereka ke tingkat 65% atau lebih tinggi. Desensitisasi sistematis dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan (Armasari, 2013).

Teknik *modelling* ini akan membantu siswa mengatasi kegugupan mereka di sekolah. Secara efektif membantu orang dalam mengatasi masalah mereka adalah teknik *modelling* ini. Meskipun telah ditunjukkan dalam penelitian sebelumnya bahwa pendekatan teknik *modelling* ini sangat berguna, masih ada sedikit bukti untuk mendukung penggunaannya dengan anak-anak yang memiliki kecemasan komunikasi, terutama ketika teknik *modelling* digunakan (Syafri dkk, 2021).

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih dalam tentang pengaruh teknik *modelling* terhadap kecemasan komunikasi.

## B. Rumusan Permasalahan

Dari latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka yang menjadi masalah pokok dalam penulisan ini, adalah : “Apakah ada pengaruh teknik *modeling* terhadap kecemasan komunikasi siswa MA Sabilillah Ngoro Mojokerto?”

## C. Tujuan dan Manfaat

### 1. Tujuan

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang ada, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *modelling* terhadap kecemasan komunikasi siswa MA Sabilillah Ngoro Mojokerto.

### 2. Manfaat

Manfaat-manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### a. Manfaat Teoritis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam bidang *modelling* dan kecemasan dalam komunikasi.
2. Memperoleh pemahaman dari *modelling* dan kecemasan dalam komunikasi.
3. Secara teoritis dapat digunakan sebagai acuan bagi penelitian selanjutnya.

#### b. Manfaat Praktis

1. Bagi penulis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan serta pengalaman penulis.
2. Bagi tempat penelitian, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tolak ukur dalam meningkatkan komunikasi agar siswa tidak memiliki rasa cemas saat komunikasi.

### D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Tabel 1

Perbedaan Penelitian Saat ini dengan Penelitian Sebelumnya

No	Penelitian Sebelumnya	Penelitian Saat Ini
1.	<p>Diteliti oleh Yeni Anggraini, Auliya Syaf, Adri Murni</p> <p>Judul : hubungan antara berpikir positif dengan kecemasan komunikasi pada mahasiswa</p> <p>Variabel X : berpikir positif</p> <p>Variabel Y : kecemasan komunikasi</p> <p>Metode : kuantitatif</p> <p>Subyek : mahasiswa fakultas Psikologi di universitas abdurrahman pekanbaru</p> <p>Lokasi : pekan baru</p> <p>Hasil penelitian : Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara tekanan teman sebaya yang positif dengan gaya komunikasi mahasiswa dengan korelasi koefisien <math>-0,641</math> dengan nilai <math>p</math> signifikan sebesar <math>0,000</math> (<math>p &lt; 0,05</math>).</p>	<p>Judul : pengaruh teknik modelling terhadap kecemasan komunikasi siswa</p> <p>Variabel X : teknik modelling</p> <p>Variabel Y : kecemasan komunikasi</p> <p>Metode : kuantitatif</p> <p>Subyek : siswa MA Sabilillah</p> <p>Lokasi : Watusari, Ngoro, Mojokerto</p>
2.	<p>Diteliti oleh Andika Safutra, Syahrman, Viira Afriyati</p> <p>Judul : pengaruh layanan penguasaan konten dengan teknik <i>modelling</i> untuk mengurangi kecemasan bicara siswa di depan kelas di SMP N 13 kota Bengkulu</p> <p>Variabel X : berpikir positif</p> <p>Variabel Y : kecemasan komunikasi</p> <p>Metode : penelitian eksperimen</p> <p>Subyek : siswa kelas VIII A SMP N 13 kota Bengkulu</p> <p>Lokasi : Bengkulu</p> <p>Hasil penelitian : Temuan penelitian ini mengungkapkan penurunan yang cukup besar dalam efektivitas strategi pemodelan dikombinasikan dengan layanan penguasaan topik untuk</p>	<p>Judul : pengaruh teknik modelling terhadap kecemasan komunikasi siswa</p> <p>Variabel X : teknik modelling</p> <p>Variabel Y : kecemasan komunikasi</p> <p>Metode : kuantitatif</p> <p>Subyek : siswa MA Sabilillah</p> <p>Lokasi : Watusari, Ngoro, Mojokerto</p>

---

menurunkan kecemasan berbicara siswa di depan kelas. Hal ini terbukti dari hasil uji hipotesis, yang menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dengan nilai uji  $t$  sebesar 17,054 dan nilai sig sebesar 0,000 (0,005). Kesimpulan: Layanan penguasaan konten menggunakan pendekatan pemodelan berdampak positif terhadap kecemasan berbicara siswa di depan kelas.

---

3. Diteliti oleh Ayu KM Kurnia Dwi Armasari, Nym Dantes, Md Sulastri
- Judul : pengaruh teknik modelling terhadap kecemasan komunikasi siswa
- Judul : penerapan model konseling behavioral dengan teknik desensitisa sistematis untuk meminimalisasi tingkat kecemasan dalam proses pembelajaran siswa kelas viii a2 smp negeri 2 sawan tahun pelajaran 2012/2013
- Variabel X : teknik modelling
- Variabel Y : kecemasan komunikasi
- Metode : kuantitatif
- Subyek : siswa MA Sabillillah
- Lokasi : Watusari, Ngoro, Mojokerto
- Metode : pengamatan atau observasi
- Subyek : siswa kelas VIII A2 SMP Negeri 2 Sawan tahun pelajaran 2012/2013
- Hasil pembahasan Temuan studi pra-siklus menunjukkan bahwa, rata-rata, 10 siswa mencetak 62,15% pada kelompok tinggi untuk proporsi kecemasan mereka selama proses pembelajaran. Siklus I melihat peningkatan jumlah siswa yang memenuhi kriteria di atas 65%, dengan peningkatan rata-rata 4,15%, sementara hanya 3 siswa yang gagal memenuhi ambang batas 65%. Siswa pada siklus II yang tidak memenuhi ambang batas 65% pada siklus I mengalami peningkatan di atas 65%, dengan peningkatan rata-rata 16,55%. Tingkat kekhawatiran yang dialami anak-anak dapat dikurangi. Setiap siklus, data dikonfirmasi menggunakan lembar pemantauan.