

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Komunikasi merupakan kunci dari keberlangsungannya segala jenis aspek kehidupan, salah satunya adalah keberlangsungan dalam proses perkuliahan bagi mahasiswa. Mahasiswa mengalami banyak proses perubahan lingkungan belajar-mengajar seperti halnya transisi dari SMA menuju dunia perkuliahan. Pada masa ini mahasiswa akan menghadapi berbagai tantangan salah satunya adalah proses komunikasi interpersonal atau komunikasi yang tidak hanya bersifat pribadi, melainkan melibatkan banyak orang dari segi latar belakang yang berbeda. Tentu saja hal ini akan menjadi sebuah tantangan bagi mahasiswa untuk dapat mengembangkan pola komunikasi mereka demi berlangsungnya interaksi yang baik. Proses komunikasi melibatkan banyak faktor, salah satunya adalah kepercayaan diri individu. Selain itu, komunikasi melibatkan perasaan dimana keadaan yang tenang dan damai akan mempengaruhi proses komunikasi, sama halnya dengan individu yang memiliki kecemasan kerap kali mengalami hambatan dan kesulitan dalam berkomunikasi. Menurut Effendy (2006 : 5), komunikasi adalah proses penyampaian suatu pesan oleh seseorang kepada orang lain untuk memberi tahu atau mengubah sikap, pendapat, atau perilaku, baik langsung secara lisan maupun secara tulisan melalui media.

Komunikasi yang baik terjadi apabila individu yang terlibat dalam komunikasi memiliki sikap yang saling menghargai, saling berempati, mampu mendengarkan dengan baik, adanya kejelasan terkait isi pesan yang disampaikan,

dan saling bersikap rendah hati (Candra, Harini & Sumirta, 2017 : 11). Namun, perlu kita ketahui bahwa dalam proses komunikasi tentu saja banyak tantangan dan beberapa hambatan selama proses itu berlangsung. Dalam praktiknya sebuah komunikasi dalam kehidupan mahasiswa kerap kali memunculkan masalah sehingga membuat proses komunikasi berjalan dengan tidak semestinya. Penyebabnya adalah karena adanya ketidaksamaan komunikasi dengan prosedur masyarakat.

Menurut Symond dalam bukunya yang berjudul *The Ego and The Self* menyatakan *self* sebagai cara – cara bagaimana seseorang bereaksi terhadap dirinya sendiri . Self itu mengandung empat aspek, yaitu :

1. Bagaimana orang mengamati dirinya sendiri,
2. Bagaimana orang berpikir tentang dirinya,
3. Bagaimana orang menilai dirinya sendiri,
4. Bagaimana orang berusaha dengan berbagai cara untuk menyempurnakan dan mempertahankan diri.

Kecemasan komunikasi merupakan sebuah situasi dimana situasi tidak menyenangkan ketika individu sedang melakukan komunikasi dan hal ini dapat memicu terjadinya stress atau gangguan pikiran yang tidak nyaman. Kecemasan komunikasi dapat dikarenakan adanya ketidakmampuan menyusun pesan sebagai reticence. Reticence merupakan sikap tutup mulut atau sikap bungkam yang dialami oleh seseorang. Kesulitan utama *reticence* bukan pada pengetahuan tetapi ketidakmampuan dalam menyampaikan susunan kata-kata yang telah disiapkan (McCroskey, 2013). Alwisol (2018 : 25) juga menjelaskan bahwa kecemasan tersebut akan datang ketika seorang individu tidak siap dalam menghadapainya. Individu dapat mengurangi rasa cemas yang dialaminya apabila individu tersebut

juga mengetahui dampak dari perbuatan yang dilakukannya dan mengetahui potensi diri sendiri dan cara mengatasi suatu keadaan yang sedang terjadi. Berbicara mengenai kecemasan komunikasi tidak bisa dipisahkan dari wacana kecemasan secara umum. Beberapa dari kita merasa cemas serta tegang jika dihadapkan dalam beberapa situasi yang memicu terjadinya stress. Hal tersebut adalah hal yang normal apabila individu dapat mengendalikan tingkat stress yang sedang dialaminya dengan baik.

Salah satu faktor penghambat keberlangsungannya komunikasi adalah rendahnya rasa percaya diri dan adanya kecemasan komunikasi pada individu. Kepercayaan diri merupakan sikap atas kemampuan diri sendiri dalam tindakan-tindakannya, dapat merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, dapat menerima dan menghargai orang lain, serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangannya (Lauster, 2012 : 12-14).

Kepercayaan diri berpengaruh pada manusia, kepercayaan diri cenderung berubah, hal ini tergantung pada pengalaman dalam hubungan interpersonal, namun demikian pengalaman tidak hanya memberikan umpan balik yang positif saja, bila umpan balik yang diterima positif maka kepercayaan diri akan membaik, sebaliknya jika umpan balik yang diterima negatif maka kepercayaan diri akan turun. Lauster (2012:8) menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri kategori tinggi memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri, optimis dan gembira serta tidak membutuhkan dorongan dari orang lain. Ketergantungan terhadap penilaian orang lain merupakan salah satu ciri dari orang yang kurang percaya diri.

Fenomena rendahnya rasa percaya diri kerap kali kita jumpai dalam kehidupan sehari – hari, tidak sedikit mahasiswa merasa kesulitan dalam melaksanakan komunikasi di lingkungan perkuliahan yang disebabkan oleh rasa cemas maupun rendahnya kepercayaan diri. Begitupula dengan kecemasan yang menjadi salah satu faktor pemicu terhambatnya Proses Komunikasi, beberapa kegiatan akan terhambat dan berjalan kurang maksimal yang disebabkan oleh kedua faktor ini. Seperti terhambatnya proses presentasi di depan kelas, minimnya keinginan untuk bergabung dalam sebuah forum diskusi. Kecemasan (*anxiety*) tidak dapat dibiarkan begitu saja karena akan berdampak buruk pada berbagai aspek kehidupan, serta akan memunculkan banyak generasi muda yang tidak memerdulikan mengenai kesehatan mental dalam kegiatan bersosialisasi. Mahasiswa perlu mengetahui betapa berpengaruhnya manajemen kecemasan dalam diri seseorang untuk menjalankan kehidupan sehari-hari sebagai makhluk sosial. Komunikasi melibatkan rasa empati dan simpati dengan demikian ketika seorang individu hendak berkomunikasi namun masih memiliki beberapa kecemasan komunikasi, hal ini tentu saja akan menghambat berbagai kegiatan komunikasi dalam kehidupan sosial individu tersebut.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2014) dengan judul “Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum kepada Mahasiswa Psikologi” dengan sampel berjumlah 79 orang mahasiswa, menunjukkan hasil ada hubungan yang signifikan dengan arah negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum dengan $r_{xy} = -0,559$ dan $p = 0,000 < 0,05$ yang artinya ada hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Dengan

sampel berjumlah 80 orang mahasiswa, menunjukkan hasil analisis data diperoleh bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum yang ditunjukkan dengan hasil koefisien korelasi $r_{xy} = -0,177$ dengan nilai sig (1-tailed) sebesar $0,006 < 0,05$. Artinya semakin rendah skor kepercayaan diri maka semakin tinggi skor kecemasan berbicara di depan umum, dan jika semakin tinggi skor kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum.

Mengingat banyaknya fenomena tersebut dari penelitian terdahulu serta pengalaman penulis di lapangan dan lingkungan perkuliahan, tidak sedikit mahasiswa FISIP UGJ mengalami kecemasan komunikasi dan merasa terhambat dalam beberapa kegiatan perkuliahan, seperti minimnya minat Mahasiswa untuk mengikuti forum diskusi antar mahasiswa, minimnya kegiatan-kegiatan produktif yang diciptakan mahasiswa untuk membantu meningkatkan minat komunikasi mahasiswa yang diakibatkan oleh rendahnya rasa percaya diri Mahasiswa dan rasa khawatir akan hal-hal yang tidak menentu, sehingga mahasiswa terhamat untuk lebih kreatif dan produktif di lingkungan perkuliahan. Hal ini lah yang menjadi alasan penulis untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan Antara Kecemasan Komunikasi dengan Percaya Diri pada Mahasiswa. Untuk mendapatkan gambaran-gambaran mengenai hubungan antara kecemasan komunikasi dan percaya diri pada mahasiswa FISIP UGJ berdasarkan data yang valid penulis melakukan survei awal dengan menyebarkan kuesioner menggunakan *google form* yang diisi oleh Mahasiswa aktif FISIP UGJ.

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan diatas serta temuan dari beberapa penelitian sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Antara Kecemasan Komunikasi dengan Percaya Diri pada Mahasiswa di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Swadaya Gunung Jati.”** Penelitian ini penting untuk mengetahui secara signifikan apakah ada hubungan antara kecemasan dengan kepercayaan diri pada mahasiswa. Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi Program Studi Ilmu Komunikasi dalam meningkatkan dan melatih kepercayaan diri serta mengontrol kecemasan komunikasi selama masa perkuliahan kepada mahasiswa, sehingga mahasiswa tidak mengalami kecemasan berlebih yang dapat mengakibatkan rendahnya rasa percaya diri.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini diantaranya adalah :

1. Apakah ada hubungan antara ketidaknyamanan batin (*internal discomfort*) dengan percaya diri pada Mahasiswa di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Swadaya Gunung Jati?
2. Apakah ada hubungan antara sikap menghindari komunikasi (*avoidance of communication*) dengan percaya diri pada Mahasiswa di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Swadaya Gunung Jati?
3. Apakah ada hubungan antara gangguan komunikasi (*communication distrupction*) dengan percaya diri pada Mahasiswa di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Swadaya Gunung Jati?

4. Apakah ada hubungan antara komunikasi berlebih (*overcommunication*) dengan percaya diri pada Mahasiswa di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Swadaya Gunung Jati?
5. Apakah ada hubungan antara kecemasan komunikasi dengan percaya diri pada Mahasiswa di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Swadaya Gunung Jati?

1.3. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1.3.1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka yang menjadi tujuan dari penelitian ini diantaranya adalah :

1. Untuk mengetahui hubungan antara ketidaknyamanan batin (*internal discomfort*) dengan percaya diri pada Mahasiswa di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Swadaya Gunung Jati.
2. Untuk mengetahui hubungan antara sikap menghindari komunikasi (*avoidance of communication*) dengan percaya diri pada Mahasiswa di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Swadaya Gunung Jati.
3. Untuk mengetahui hubungan antara gangguan komunikasi (*communication distrupction*) dengan percaya diri pada Mahasiswa di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Swadaya Gunung Jati.
4. Untuk mengetahui hubungan antara komunikasi berlebih (*overcommunication*) dengan percaya diri pada Mahasiswa di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Swadaya Gunung Jati.

5. Untuk mengetahui hubungan antara kecemasan komunikasi dengan percaya diri pada Mahasiswa di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Swadaya Gunung Jati.

1.3.2. Kegunaan Penelitian

1) Kegunaan teoritis:

Penelitian ini memberi masukan pemikiran dan referensi bagi mahasiswa maupun peneliti lainnya terkait hubungan antara kecemasan komunikasi dengan kepercayaan diri mahasiswa terkhususnya pada bidang Ilmu Komunikasi, Komunikasi Psikologi, Komunikasi Antarpersonal.

2) Kegunaan Praktis:

a) Bagi Pembaca

1. Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan serta memberikan banyak informasi mengenai Hubungan Antara Kecemasan Komunikasi Dengan Percaya Diri Pada Mahasiswa FISIP UGJ.
2. Penelitian ini juga diharapkan mampu memberi manfaat dalam pengembangan diri mahasiswa khususnya dalam mengurangi kecemasan komunikasi serta upaya meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa.

b) Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang mendalam mengenai Hubungan Antara Kecemasan Komunikasi Dengan Percaya Diri Pada Mahasiswa FISIP UGJ.

c) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu memberi sumber rujukan kepada mahasiswa tentang hubungan antara kecemasan komunikasi dengan kepercayaan diri mahasiswa, sehingga diharapkan dapat memberi manfaat dalam pengembangan diri mahasiswa khususnya dalam mengurangi kecemasan komunikasi serta meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa.

d) Bagi Fakultas

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat pembinaan kepada mahasiswa agar lebih memperhatikan mahasiswa dalam mengelola kecemasan komunikasi serta dapat menyadarkan akan pentingnya rasa percaya diri dalam keberlangsungan kegiatan komunikasi.

