

Analisis Tingkat Kecemasan Komunikasi Pembelajaran: Studi Pendahuluan Pengembangan Metode Pembelajaran untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa

Elvi Raziana¹, Fatma Sukmawati²

^{1,2}Teknologi Pendidikan, Universitas Sebelas Maret, Surakarta, Indonesia

E-mail: ¹razianaelvi@gmail.com*, ²fatmasukmawati@staff.uns.ac.id

*Corresponding Author

Article History: Received: September 30, 2023; Accepted: November 30, 2023; Published: December 31, 2023

ABSTRAK

Masalah kecemasan dalam berkomunikasi (*communication apprehension*) yang dapat saja dialami siswa akan mengurangi tingkat percaya diri dan menghambat keberhasilan pembelajaran siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat kecemasan komunikasi siswa SMA dalam pembelajaran. Jenis penelitian ini adalah penelitian survey, menggunakan kuesioner atau angket untuk mengumpulkan data, kemudian dianalisis dengan analisis deskriptif. Sampel dari penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa empat aspek komunikasi siswa di kelas yang terdiri dari diskusi kelompok, rapat, interpersonal, dan berbicara di depan umum memiliki skor *communication apprehension* yang relatif rendah. Dengan demikian, tingkat kecemasan komunikasi pada siswa secara umum di kelas tergolong rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak ada masalah yang cukup krusial pada siswa SMA dalam kaitannya dengan komunikasi. Temuan penelitian menjadi tolak ukur dalam mengembangkan metode pembelajaran untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa yang berkaitan dengan keberhasilan pembelajaran.

Kata Kunci: Komunikasi pembelajaran, kecemasan, percaya diri

ABSTRACT

The problem communication apprehension that can be experienced by students will reduce the level of self-confidence and hinder the success of student learning. This study aims to analyze the level of communication apprehension of high school students in learning. This type of research is survey research, using a questionnaire or questionnaire to collect data, then analyzed by descriptive analysis. The sample of this research is high school class XI students. The results of this study show that four aspects of student communication in class consisting of group discussions, meetings, interpersonal, and public speaking have relatively low communication apprehension scores. Thus, the level of communication apprehension in students in general in the classroom is low. These results indicate that there are no crucial problems in high school students in relation to communication. The research findings become a benchmark in developing learning methods to increase students' confidence related to learning success.

Keywords: Learning communication, apprehension, confidence



Copyright © 2023 The Author(s)

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

PENDAHULUAN

Pembelajaran adalah proses interaksi siswa dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada siswa. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu siswa agar dapat belajar dengan baik. Salah satu pengertian pembelajaran dikemukakan oleh Sutiah (2020) yaitu pembelajaran adalah seperangkat peristiwa-peristiwa eksternal yang dirancang untuk mendukung beberapa proses belajar yang bersifat internal. Dalam pembelajaran yang berlangsung di kelas, siswa akan dihadapkan dengan berbagai kondisi. Diantaranya yaitu adalah berkomunikasi, membaca, menulis, mendengarkan, berdiskusi, tes atau ujian, dan lain sebagainya.

Sementara, masing-masing siswa memiliki karakteristik, sifat, latar belakang, dan kepribadian yang berbeda-beda. Sebagian siswa memiliki konsep diri yang tinggi, sehingga mereka akan merasa sangat nyaman dan terbiasa dengan berbagai situasi pembelajaran misalnya berdiskusi, berkomunikasi, berpendapat, menulis, dan sebagainya. Namun, beberapa siswa dengan konsep diri yang rendah pada umumnya akan menjumpai berbagai kendala atau kesulitan dalam menghadapi proses pembelajaran (Palupi et al., 2022). Salah satu kendala dalam pembelajaran adalah munculnya perasaan cemas yang dihadapi oleh siswa pada situasi-situasi tertentu (Zahidah & Naqiyah, 2020). Perasaan cemas diakibatkan oleh pikiran-pikiran negatif yang mempengaruhi seseorang dalam bertindak. Ketika seorang tidak yakin kemampuannya untuk melakukan suatu hal, takut, dan khawatir maka itu lah yang disebut dengan kecemasan.

Salah satu kecemasan yang sering dialami oleh manusia adalah kecemasan dalam berkomunikasi (*communication apprehension*). Menurut Marcel (Marcel, 2022), kecemasan komunikasi atau *communication apprehension* adalah istilah yang mengacu pada ketakutan atau kecemasan seseorang terkait dengan komunikasi yang sedang dan akan dilakukan dengan orang atau sekelompok orang. Seseorang yang aprehensif biasanya akan melakukan penghindaran komunikasi, menampilkan perilaku menarik diri, dan kurang berminat terlibat dalam komunikasi. Ketika kecemasan ini muncul dalam situasi pembelajaran, maka tentu akan menghambat tercapainya tujuan pembelajaran tersebut. Karena komunikasi merupakan aspek penting dalam terselenggaranya proses pembelajaran.

Penelitian tentang *communication apprehension* memperoleh hasil yang menunjukkan bahwa 10-20% orang di Amerika menderita *communication apprehension*, yaitu suatu kondisi ketika seseorang merasa cemas untuk melakukan komunikasi dalam berbagai situasi komunikasi, baik formal maupun informal, individual maupun kelompok (Borasheva, 2023). Hal tersebut sangat mengganggu aktivitas mereka dalam akademis. Penelitian ini juga menerangkan bahwa orang-orang yang mengalami ketakutan berkomunikasi, cenderung dianggap tidak menarik oleh orang lain dan sangat jarang menduduki jabatan pemimpin (Rust et al., 2020). Pada pekerjaan, mereka cenderung tidak puas, di sekolah mereka cenderung malas karena itu mereka cenderung gagal secara akademis (Marcel, 2022).

Siswa yang mengalami *communication apprehension* umumnya akan bersikap lebih pendiam, hanya akan berbicara ketika disuruh atau dipaksa, menghindari pembicaraan atau diskusi, kurang inisiatif, lebih pasif, dan kurang kritis (Ahmetović et al., 2020). Sikap-sikap tersebut tentu merupakan penghalang perkembangan siswa dalam proses belajar. Untuk itu, peneliti berniat melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengukur tingkat kecemasan komunikasi (*communication apprehension*) dalam suatu kelas dengan menggunakan suatu instrumen yang disebut dengan *Personal Report of Communication Apprehension-24* (PRCA-24) rancangan Jason S. Wrench, Richmond, dan Joan Gorhan yang dituliskan pada bukunya yang berjudul *Communication, Affect, and Learning in the Classroom* pada tahun 1992. Dengan

penelitian ini, diharapkan akan mampu menunjukkan tingkat kecemasan siswa pada suatu kelas, agar menjadi evaluasi pembelajaran bagi guru untuk dapat memperbaiki pembelajarannya.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah metode survei. Survei merupakan metode riset dengan menggunakan kuesioner sebagai instrumen pengumpulan data. Tujuannya adalah untuk memperoleh informasi tentang sejumlah responden yang dianggap mewakili populasi tertentu (Maidiana, 2021). Penelitian survei dapat digunakan untuk maksud deskriptif seperti dalam penelitian ini. Penelitian deskriptif dimaksudkan untuk pengukuran yang cermat terhadap fenomena sosial tertentu (Ramdhan, 2021).

Instrumen yang digunakan dalam melakukan survei adalah angket atau kuesioner yang memuat *Personal Report of Communication Apprehension-24* (PRCA-24) yaitu 24 pertanyaan yang berkaitan dengan kecemasan komunikasi. Dalam 24 pertanyaan tersebut memuat 4 aspek yaitu konteks kecemasan kelas pada saat diskusi kelompok, pada saat rapat, interpersonal, dan juga pada saat berbicara di depan umum.

Disediakan 5 rentang pilihan jawaban dan skor untuk masing-masing pertanyaan (sangat setuju = 1, setuju = 2, netral = 3, tidak setuju = 4, sangat tidak setuju = 5). Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI di salah satu SMA di Kota Wonogiri. Sampel dalam penelitian ini adalah 28 siswa dari 1 kelas.

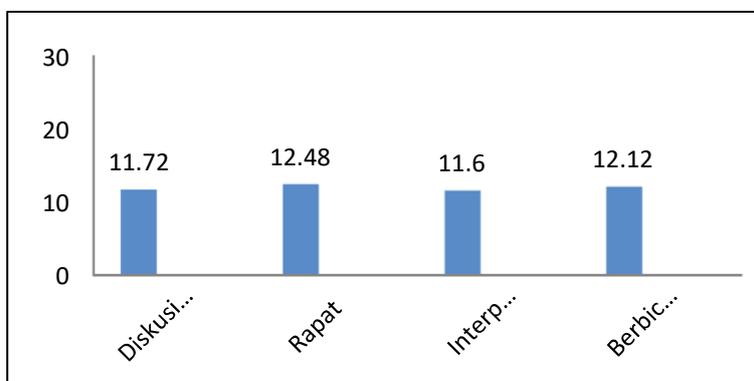
HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Aspek-aspek Communication Apprehension

Setelah angket atau kuesioner diberikan kepada sampel penelitian sebanyak 28 siswa, kemudian didapatkan 25 respon yang dapat dianalisis sebagai data. Pengambilan data ini bertujuan untuk mengetahui dan memetakan tingkat kecemasan berkomunikasi (*communication apprehension*) siswa pada saat mengikuti pembelajaran di kelas. Pengukuran tingkat kecemasan berkomunikasi ini terdiri dari 4 aspek yang berkaitan dengan proses atau kegiatan berkomunikasi di dalam kelas. Keempat aspek tersebut adalah diskusi kelompok, rapat, interpersonal, dan berbicara di depan umum. Untuk masing-masing aspek memiliki rentang skor antara 6 hingga 30.

Tabel 1. Aspek Communication Apprehension

No	Aspek	Skor
1.	Diskusi Kelompok	11,72
2.	Rapat	12,48
3.	Interpersonal	11,60
4.	Berbicara di Depan Umum	12,12



Gambar 1. Aspek Communication Apprehension

Dari tabel dan grafik di atas, dapat diperoleh beberapa informasi mengenai aspek-aspek kondisi tingkat kecemasan komunikasi siswa pada kegiatan-kegiatan komunikasi yang sesuai dengan masing-masing aspek

- 1) Diskusi kelompok: dari rentang skor 6-30, rata-rata tingkat *communication apprehension* siswa terhadap komunikasi dalam pembelajaran untuk kegiatan diskusi kelompok adalah sebesar 11,72. Skor tersebut menunjukkan bahwa kecemasan komunikasi dalam aspek tersebut tergolong rendah menuju sedang.
- 2) Rapat : dari rentang skor 6-30, rata-rata tingkat tingkat *communication apprehension* siswa terhadap komunikasi dalam pembelajaran untuk kegiatan rapat adalah sebesar 12,48. Skor tersebut menunjukkan bahwa kecemasan komunikasi dalam aspek tersebut tergolong rendah menuju sedang.
- 3) Interpersonal: dari rentang skor 6-30, rata-rata tingkat tingkat *communication apprehension* siswa terhadap komunikasi dalam pembelajaran secara interpersonal adalah sebesar 11,6. Skor tersebut menunjukkan bahwa kecemasan komunikasi dalam aspek tersebut tergolong rendah menuju sedang.
- 4) Berbicara di depan umum : dari rentang skor 6-30, rata-rata tingkat tingkat *communication apprehension* siswa terhadap komunikasi dalam pembelajaran untuk kegiatan berbicara di depan umum adalah sebesar 12,12. Skor tersebut menunjukkan bahwa kecemasan komunikasi dalam aspek tersebut tergolong rendah menuju sedang.

2. *Communication Apprehension dalam Pembelajaran*

Hasil atau nilai tingkat kecemasan komunikasi dalam aspek-aspek yang berkaitan dengan komunikasi di kelas diketahui, kemudian akan dibahas mengenai skor atau nilai rata-rata kecemasan komunikasi (*communication apprehension*) secara keseluruhan pada kelas yang diteliti. Berdasarkan data yang diperoleh melalui kuesioner atau angket PRCA-24, maka diperoleh skor kecemasan komunikasi yang dialami dan dirasakan oleh masing-masing siswa pada pembelajaran. Dalam pedoman penskoran instrumen PRCA-24, rentang skor untuk masing-masing siswa adalah dapat berkisar antara 24 hingga 120. Jika skor yang diperoleh adalah di bawah 50 maka dikatakan memiliki *communication apprehension* yang rendah, sedangkan jika mendapatkan skor di atas 80 maka tingkat *communication apprehension* dapat dikatakan tinggi. Untuk mendapatkan skor kecemasan komunikasi secara lebih utuh dalam cakupan kelas, maka peneliti melakukan rerata dari jumlah skor PRCA-24 seluruh siswa, dibagi jumlah siswa sebagai responden (25 siswa).

Tabel 2. *Commnication Apprehension Total Score*

No.	Aspek	Skor
1.	Diskusi kelompok	293
2.	Rapat	312
3.	Interpersonal	290
4.	Berbicara di depan umum	303
Total		1198
Rata-rata (Skor <i>Communication Apprehension</i>)		47,9

Dari tabel 2, diketahui bahwa jumlah skor PRCA dari 25 siswa adalah 1198. Kemudian, untuk mengetahui rata-rata dari skor *communication apprehension* dalam satu kelas maka jumlah tersebut dibagi dengan jumlah responden. Setelah itu, diperoleh angka rerata sebesar 47,9. Berdasarkan pedoman penilaian instrument PRCA-24, maka skor tersebut termasuk dalam kategori kondisi atau tingkat *communcination apprehension* yang rendah. Sehingga, apabila

tingkah kecemasan berkomunikasi dalam kelas tersebut adalah dikategorikan “rendah”, berarti tidak terdapat kendala yang cukup krusial bagi siswa dalam berkomunikasi dalam pembelajaran di kelas. Meski demikian, skor tersebut mendekati kategori “sedang”. Maka, tetap diperlukan peran instruktur atau guru untuk mampu meningkatkan aspek-aspek berkomunikasi siswa dalam pembelajaran agar situasi belajar-mengajar di kelas semakin bermakna.

Penelitian ini mengkaji tingkat ketakutan berkomunikasi (*communication apprehension*) pada siswa dalam lingkungan pendidikan, memanfaatkan alat ukur PRCA-24. Berdasarkan data yang diperoleh, empat aspek yang dinilai meliputi diskusi kelompok, rapat, interaksi interpersonal, dan presentasi di hadapan publik. Skor rata-rata yang diraih dalam setiap aspek berada di kisaran 11,6 sampai 12,48 dalam skala 6-30, menunjukkan tingkat ketakutan yang berada di antara rendah dan sedang.

Kecemasan dalam berkomunikasi telah menjadi subjek banyak studi sebelumnya. Misalnya, Marcel (2022) mengembangkan PRCA-24 sebagai alat efektif untuk menilai tingkat kecemasan. Penelitian lain seperti yang dilakukan oleh Archbell & Coplan (2022) menemukan adanya korelasi antara kecemasan berkomunikasi dan kinerja akademis siswa. Temuan dari riset ini, yang mengindikasikan tingkat ketakutan yang relatif rendah hingga sedang, memberikan perspektif baru dalam bidang pendidikan yang menunjukkan bahwa dalam beberapa situasi, kecemasan berkomunikasi tidak sekuat yang dibahas dalam literatur sebelumnya. Hasil penelitian ini secara inovatif memberikan temuan bahwa tingkat kecemasan berkomunikasi siswa dalam berbagai kegiatan pembelajaran cenderung rendah hingga sedang, menandakan bahwa metode pembelajaran yang digunakan saat ini mungkin efektif dalam menurunkan tingkat ketakutan berkomunikasi. Hasil tersebut kontras dengan studi sebelumnya yang sering kali menunjukkan tingkat ketakutan yang lebih tinggi (Agrawal & Krishna, 2021).

Kecemasan berkomunikasi dalam pembelajaran harus terus diatasi dan perlu adanya strategi yang mencakup berbagai aspek. Salah satunya adalah dengan mengembangkan metode pembelajaran yang meningkatkan kepercayaan diri siswa. Penerapan teknologi dalam pendidikan, seperti penggunaan media visual, aplikasi interaktif, dan platform belajar *online*, dapat sangat membantu (Davis et al., 2020). Riset di bidang teknologi pendidikan seperti yang dilakukan oleh Liu (2019) dan Lin *et al.* (2021) menunjukkan bahwa integrasi teknologi dalam proses belajar mengajar dapat meningkatkan keterlibatan dan menurunkan kecemasan siswa.

Temuan riset ini memberikan tambahan pada literatur yang telah ada dengan menunjukkan adanya tingkat ketakutan berkomunikasi yang tidak terlalu tinggi dalam konteks pendidikan tertentu. Hal ini menunjukkan bahwa metode pembelajaran yang saat ini digunakan memiliki potensi dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi. Namun, tetap diperlukan upaya lebih lanjut, khususnya dengan memanfaatkan teknologi pendidikan, untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dan mengurangi rasa cemas yang berlebihan. Keterlibatan aktif guru dan penggunaan teknologi pembelajaran yang tepat dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih kondusif dan nyaman bagi siswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah diuraikan peneliti mengenai kondisi tingkat kecemasan berkomunikasi siswa dalam pembelajaran, maka dapat ditarik kesimpulan berikut:

1. Tingkat kecemasan berkomunikasi (*communication apprehension*) siswa kelas dalam pembelajaran pada empat aspek komunikasi (diskusi kelompok, rapat, interpersonal, dan berbicara di depan umum) tergolong berada pada tingkat rendah (menuju sedang).
2. Tingkat kecemasan berkomunikasi (*communication apprehension*) siswa kelas dalam pembelajaran secara umum tergolong pada tingkat rendah (di bawah 50).

Dengan hasil tersebut, perlu upaya lebih lanjut dengan pengembangan metode pembelajaran yang inovatif atau menggunakan bantuan teknologi untuk mengurangi tingkat kecemasan dan meningkatkan kepercayaan diri siswa. Keterlibatan guru dan pemanfaatan teknologi yang tepat dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih kondusif dan nyaman bagi siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Agrawal, S., & Krishna, S. M. (2021). Communication apprehension and psychological well-being of students in online learning. *Behavioral Sciences*, 11(11). <https://doi.org/10.3390/bs11110145>
- Ahmetović, E., Bećirović, S., & Dubravac, V. (2020). Motivation, anxiety and students' performance. *European Journal of Contemporary Education*, 9(2), 271–289. <https://doi.org/10.13187/ejced.2020.2.271>
- Archbell, K. A., & Coplan, R. J. (2022). Too Anxious to Talk: Social Anxiety, Academic Communication, and Students' Experiences in Higher Education. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 30(4), 273–286. <https://doi.org/10.1177/10634266211060079>
- Borasheva, A. (2023). Exploring James McCroskey's Research on Willingness To Communicate in L1 Contexts: Implications for Language Teaching and Learning. *Ижтимоий-Гуманитар Фанларнинг Долзарб Муаммолари / Актуальные Проблемы Социально-Гуманитарных Наук / Actual Problems of Humanities and Social Sciences.*, 3(8). <https://doi.org/10.47390/scp1342v3i8y2023n56>
- Davis, A., Linvill, D. L., Hodges, L. F., Da Costa, A. F., & Lee, A. (2020). Virtual reality versus face-to-face practice: a study into situational apprehension and performance. *Communication Education*, 69(1), 70–84. <https://doi.org/10.1080/03634523.2019.1684535>
- Lin, W. C., Chen, H. C., & Chen, C. H. (2021). The effects of online writing software on the writing performance and willingness to communicate of EFL learners. *Journal of Educational Computing Research*, 59(2), 275–292.
- Liu, J. (2019). Classroom interactional competence and willingness to communicate: A study of Chinese EFL learners. *Journal of Multilingual and Multicultural Development*, 40(7), 600–614.
- Maidiana, M. (2021). Penelitian Survey. *ALACRITY: Journal of Education*, 20–29. <https://doi.org/10.52121/alacrity.v1i2.23>
- Marcel, M. (2022). Communication Apprehension Across the Career Span. *International Journal of Business Communication*, 59(4), 506–530. <https://doi.org/10.1177/2329488419856803>
- Palupi, A., Ekanti, R., Purwanto, B., & Sutriyono, S. (2022). Analisis Kecemasan pada Proses Keterampilan Berbicara Peserta Didik Tingkat I pada Mata Kuliah Bahasa Inggris. *Jurnal Dimensi Pendidikan Dan Pembelajaran*, 10(2), 138–145. <https://doi.org/10.24269/dpp.v10i2.5235>
- Ramdhan, M. (2021). *Metode Penelitian*. Cipta Media Nusantara.
- Rust, C., Gentry, W. M., & Ford, H. (2020). Assessment of the effect of communication skills training on communication apprehension in first year pharmacy students – A two-year study. *Currents in Pharmacy Teaching and Learning*, 12(2), 142–146. <https://doi.org/10.1016/j.cptl.2019.11.007>
- Sutiah. (2020). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Nizamia Learning Center.
- Zahidah, I., & Naqiyah, N. (2020). Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Motivasi Berprestasi Dengan Kecemasan Akademik Peserta Didik Kelas Viii Smp Negeri 20 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 11(1), 19–24. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/31633/28698>