



## Kepercayaan Diri dan Kecemasan Komunikasi Interaktif pada Siswi yang Tinggal di Asrama

Tiara Putri Prastiwi

**Abstract:** Anxiety in interactive communication refers to an individual's negative reaction when communicating, especially in an interpersonal context, where individuals tend to avoid situations that trigger these negative feelings. Positive self-confidence allows a person to assess themselves and situations more positively, thereby reducing anxiety in interpersonal communication. This study aims to explore the relationship between self-confidence and interactive communication anxiety in female students living in dormitories. Data was collected using the Self-confidence scale and interpersonal communication anxiety scale, which have been well validated and have a high level of reliability. The results of the analysis show that there is a significant negative relationship between self-confidence and interactive communication anxiety ( $r_{xy} = -0.608$ ,  $\text{sig.} = 0.000 < 0.05$ ), indicating that the higher the female student's self-confidence, the lower the level of interpersonal communication anxiety. Descriptive analysis also shows that most of the female students in the dormitory have a moderate level of self-confidence, while most of them have a low level of interactive communication anxiety.

**Keywords:** Self-confidence, anxiety, interactive communication

**Abstrak :** Kecemasan dalam komunikasi interaktif merujuk pada reaksi negatif individu saat berkomunikasi, terutama dalam konteks interpersonal, di mana individu cenderung menghindari situasi yang memicu perasaan negatif tersebut. Self-confidence yang positif memungkinkan seseorang untuk menilai diri dan situasi dengan lebih positif, sehingga dapat mengurangi kecemasan dalam komunikasi interpersonal. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara Self-confidence dan kecemasan komunikasi interaktif pada siswi yang tinggal di asrama. Data dikumpulkan menggunakan skala Self-confidence dan skala kecemasan komunikasi interpersonal, yang telah divalidasi dengan baik dan memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara Self-confidence dengan kecemasan komunikasi interaktif ( $r_{xy} = -0.608$ ,  $\text{sig.} = 0.000 < 0.05$ ), menunjukkan bahwa semakin tinggi Self-confidence siswi, semakin rendah tingkat kecemasan komunikasi interpersonalnya. Analisis deskriptif juga menunjukkan bahwa sebagian besar siswi di asrama memiliki tingkat Self-confidence yang moderat, sementara sebagian besar dari mereka memiliki tingkat kecemasan komunikasi interaktif yang rendah.

**Kata Kunci:** Self-confidence, kecemasan, komunikasi interaktif

### PENDAHULUAN

Menurut Liliweri (2003) manusia dikatakan berinteraksi sosial jika melakukan komunikasi dengan orang lain baik melalui pertukaran informasi, ide, gagasan, maksud, serta emosi yang dinyatakan dalam bentuk simbol-simbol baik secara verbal maupun non verbal. Sedangkan Rakhmat (2005) menjelaskan bahwa dengan komunikasi individu dapat membentuk rasa saling pengertian, menumbuhkan persahabatan, memelihara kasih sayang, menyebarkan pengetahuan, bahkan dapat menambah pengetahuan kita melalui informasi yang diperoleh.

Dalam kehidupan sehari-hari interaksi dengan orang lain merupakan suatu keadaan di lingkungan sekitar dan dalam interaksi diperlukan kecakapan komunikasi. Menurut Liliweri (2003) komunikasi akan menjadi serasi manakala pesan dipahami dalam bidang pengalaman kedua peserta komunikasi. Jadi komunikasi yang efektif selalu melibatkan suatu pembagian pengalaman antara dua orang atau lebih yang memiliki bidang pengalaman yang sama.

Menurut Hanurawan (2001) komunikasi adalah proses penyampaian informasi, ide, sikap, dan emosi dari seseorang kepada orang lain.

Komunikasi antarpribadi didefinisikan sebagai komunikasi antara dua orang atau tiga orang yang melakukan interaksi secara tatap muka, umpan balik dapat segera diketahui, dapat memanfaatkan semua atau sebagian alat indera yang ada pada manusia, dan dalam interaksi tersebut tidak digunakan alat mekanis seperti telepon, surat atau kamera televisi yang dapat menghubungkan pihak-pihak yang berkomunikasi secara terpisah (Budyatma, 2005). Menurut Myers (1985) Komunikasi interaktif merupakan interaksi antara seseorang dengan lingkungan yang mencakup orang-orang sebagai teman, keluarga, bahkan orang asing.

Fenomena kecemasan Komunikasi interaktif juga terjadi dikalangan pelajar putri yang masih mengalami masa pubertas atau masa remaja awal. Berdasarkan peran yang dijalani, pelajar putri merupakan seorang yang sedang mempersiapkan diri untuk menentukan pilihan dalam keahliannya nanti, hingga menjadi siswa yang berprestasi dalam bidangnya. Siswa berprestasi merupakan figure yang ideal sebagai siswa yang berperan ganda, dalam artian memiliki prestasi yang seimbang baik dalam bidang akademik maupun bidang sosial.

Pembentukan pola pikir siswa juga tidak terlepas dari lingkungan sekitar dan aktivitas sosial yang dijalannya sehari-hari. Dalam menjalani aktifitasnya, kemampuan berkomunikasi sangat dituntut pada siswa sebagai generasi muda, yang berpotensi untuk membangun negara ini. Siswa seringkali dihadapkan untuk dapat berdiskusi, melakukan presentasi dalam kelas maupun berkonsultasi dengan guru.

Pada siswi yang tinggal di asrama, mereka dituntut untuk memiliki tanggung jawab yang lebih berat jika dibandingkan dengan masa SMP dahulu. Akan tetapi pada kenyataannya yang terjadi sekarang tidak jarang diantara siswi tersebut mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru, selain kebanyakan siswi berasal dari luar kota Jombang, para siswi juga bertemu dengan teman-teman yang baru sehingga tidak menutup kemungkinan mereka juga mengalami kecemasan dalam berkomunikasi interpersonal. Menurut Liliweri (2003) kecemasan Komunikasi interaktif dapat terjadi ketika seseorang individu berhadapan dengan teman baru, antara mahasiswa dengan dosen, antara atasan dan bawahan, ataupun dengan orang yang baru dikenal.

Menurut Carey (dalam Semiun,2006) di kalangan sanak saudara dari orang-orang yang mengalami gangguan-gangguan kecemasan angka prevalensi untuk wanita dua kali lebih tinggi dibandingkan dengan angka prevalensi untuk pria adalah 23% vs 11%. Hal ini sebagai akibat dari ketidakmatangan sosial dan daya pikir mereka, dihubungkan dengan perkembangan fisik yang lebih awal. Remaja putri awal akan merasa minder, kurang percaya

diri jika merasa ada kekurangan yang ada pada dirinya. Jika hal ini terjadi pada mereka bisa menimbulkan keinginan untuk menutup diri, selain karena konsep diri yang negatif timbul dari kurangnya kepercayaan kepada kemampuan mereka sendiri. Orang yang tidak menyenangi dirinya sendiri merasa bahwa dirinya tidak akan mampu mengatasi persoalan. Orang yang kurang percaya diri akan cenderung sedapat mungkin menghindari situasi komunikasi. Mereka cenderung takut orang lain akan mengejeknya atau menyalahkannya.

Dalam Burgoon dan Ruffner (1978) yang melakukan penelitian di Amerika Serikat mengemukakan bahwa 20% populasi di Amerika Serikat mengalami communication apprehension yang cukup tinggi, dan sekitar 10%-20% mengalami communication apprehension yang sangat tinggi.

Menurut Marini di Indonesia masalah kecemasan komunikasi antar pribadi telah diteliti oleh Marini yang menemukan bahwa 8% dari 89 subjek penelitian yang terdiri dari mahasiswa Fakultas Psikologi dan Hukum Universitas Muhamadiyah Surakarta mengalami kecemasan komunikasi antar pribadi dan salah satu faktor penyebabnya adalah tidak percaya diri. (dalam Wulandari, 2004)

Berdasarkan penelitian Nuraeni (2010) Dari hasil analisis data menunjukkan tingkat Self-confidence berada pada kategori tinggi ada 33 siswa dengan prosentase 40% dan kecemasan Komunikasi interaktif siswa berada pada kategori rendah ada 62 siswa dengan prosentase 75%. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara Self-confidence dengan kecemasan komunikasi interpersonal.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dalam menguji hipotesis yang telah disusun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Self-confidence dan kecemasan Komunikasi interaktif antar individu dengan teman sebaya di kelas maupun di asrama MAN 1 Jombang. Dalam mengungkap permasalahan penelitian ini menggunakan deskriptif korelasional.

Subyek dalam penelitian ini adalah pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang dan bersekolah di MAN 1 Jombang berjumlah 69 dengan pengambilan subyek teknik purposive. Instrumen dalam penelitian ini adalah menggunakan skala psikologi dengan pertimbangan bahwa skala dapat dengan mudah mengungkap atribut yang hendak di ukur dengan stimulusnya yang berupa pertanyaan atau pernyataan untuk mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan sepanjang jawaban yang diberikan dengan jujur (Azwar, 2007). Dalam penelitian ini menggunakan 2 skala yaitu skala Self-confidence dan

skala kecemasan komunikasi interpersonal. Pada tahap penyusunan instrumen diawali dengan menentukan indikator-indikator, yang selanjutnya dijabarkan dalam aitem-aitem favorabel dan unfavorabel dengan jumlah aitem yang berimbang pada penelitian ini, skala disusun untuk peneliti dengan menggunakan metode rating yang dijumlahkan atau dikenal sebagai skala likert. Untuk mengetahui validitas instrumen dilakukan dengan dua cara yaitu *internal validity*. Validitas konsistensi internal dilakukan dengan cara mengkorelasikan antara skor setiap item dengan skor total. Item yang dianggap valid adalah item yang memiliki korelasi positif dengan skor total. Untuk mengetahui validitas item dalam skala Self-confidence dan skala Kecemasan Komunikasi interaktif digunakan uji validitas item dengan menggunakan teknik korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson.

Perhitungan korelasi untuk mengetahui validitas setiap item skala menggunakan program SPSS 28.0 *for Windows* dengan taraf signifikansi 95%. Suatu aitem dinyatakan valid apabila: Nilai  $r_{xy}$  positif dan nilainya lebih besar dari nilai tabel ( $r_{xy} > r_{tabel}$ )., Nilai  $r_{xy}$  positif dan nilai signifikansi lebih kecil 0,050 ( $p \leq 5\%$  atau 0,05).

Untuk mengetahui reliabilitas instrumen, maka digunakan rumus *Alpha Cronbach*. Dalam penelitian ini, reliabilitas skala Self-confidence dan skala kecemasan Komunikasi interaktif dihitung dengan menggunakan program SPSS 17.0 *for windows*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode skala.

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif sehingga data-data yang diperoleh dari penelitian ini kemudian diolah dan dianalisis untuk memperoleh gambaran mengenai Self-confidence dan kecemasan Komunikasi interaktif serta untuk menjawab hipotesis penelitian yang direncanakan. Dalam analisis data menggunakan statistik, analisis deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan tingkat Self-confidence dan kecemasan Komunikasi interaktif pada pelajar Putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang. Analisis deskriptif ini digunakan tingkatan pengkategorian berdasarkan harga mean dan standar deviasi.

Tabel 3 Klasifikasi Tingkat Kepercayaan Diri

Klasifikasi Tingkat Self-confidence	Skor
Tinggi	$X \geq M + SD$
Sedang	$(M - SD) < X < (M+SD)$
Rendah	$X \leq M - SD$

Pengklasifikasian tingkat kecemasan Komunikasi interaktif menggunakan acuan yang sama dengan Self-confidence, yaitu tinggi, sedang dan rendah. Dengan tetap

mengklasifikasikan berdasarkan harga mean dan standar deviasi. Klasifikasi tingkat kecemasan Komunikasi interaktif dapat dilihat pada tabel 4 berikut ini.

Tabel 4 Klasifikasi Tingkat Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Klasifikasi Tingkat Kecemasan Komunikasi interaktif	Skor
Tinggi	$X \geq M + SD$
Sedang	$(M - SD) < X < (M + SD)$
Rendah	$X \leq M - SD$

Untuk menguji hipotesis penelitian maka analisis data yang dilakukan adalah analisis korelasional dengan menggunakan rumus analisis korelasi *Product Moment* dari *Karl-Pearson*. Analisis korelasional ini digunakan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara *Self-confidence* dan kecemasan komunikasi interpersonal. Kriteria pengambilan keputusan uji hipotesis adalah sebagai berikut :

- Hipotesis diterima jika  $p > 0.05$
- Hipotesis ditolak jika  $p < 0.05$

Sebelum mencari hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat menggunakan formula korelasi *product moment* yang merupakan analisis statistik parametrik, maka data hasil penelitian perlu dianalisis uji normalitas dan linearitas.

Uji normalitas dilakukan untuk menguji kenormalan data, yakni apakah data variabel *Self-confidence* dan kecemasan Komunikasi interaktif mempunyai distribusi normal atau tidak. Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Uji *Kolmogorov-Smirnov* dilakukan dengan bantuan *SPSS 17.0 for Windows*. Pedoman yang digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya sebaran adalah jika  $p > 0,05$  maka sebaran data dikatakan normal dan jika  $p < 0,05$  maka sebaran dikatakan tidak normal.

Selain uji normalitas, digunakan uji linearitas untuk mengetahui apakah hubungan antar variabel itu linier atau tidak dengan menggunakan syarat  $p < 0,05$  atau  $p < 0,01$  dengan taraf signifikansi yang digunakan adalah 0,05.

Setelah kedua uji prasyarat tersebut kemudian dilakukan uji hipotesis yang bertujuan untuk membuktikan ada tidaknya hubungan negatif antara *Self-confidence* dan Kecemasan Komunikasi interaktif pada pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang digunakan teknik analisis korelasi *Pearson* dengan taraf signifikansi  $p < 0,05$ .

## HASIL PENELITIAN

### Self-confidence

Hasil analisis yang dilakukan menunjukkan tingkat Self-confidence pada pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang. Berdasarkan hasil skoring diperoleh *mean* 207,90 dan standart deviasi 25,289 yang ditunjukkan pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Hasil Perhitungan *Mean* dan Standart Deviasi Skala Self-confidence

N	Mean	Standar Deviasi	Skor Minimal	Skor Maksimal
37	207,90	25,289	162	272

Setelah dilakukan skoring, subjek akan diklasifikasikan ke dalam 3 kategori, yaitu tinggi, sedang dan rendah yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6 Klasifikasi Data Skala Self-confidence

Interval	Klasifikasi	Frekuensi	Persentase
>223	Tinggi	11	15,94%
183-223	Sedang	47	68,12%
<182	Rendah	11	15,94%
Jumlah		69	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa Self-confidence dari 69 orang subjek penelitian yaitu pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang yang masuk kategori tinggi sebanyak 11 orang (15,94%), sedang 47 orang (68,12%) dan rendah 11 orang (15,94%).

Dari hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang memiliki Self-confidence dalam tingkatan sedang. Data tentang besarnya skor Self-confidence dan kategorinya dapat dilihat pada lampiran.

### Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Berdasarkan hasil skoring diperoleh *mean* 127,87 dan standart deviasi 20,952 yang ditunjukkan pada tabel berikut ini:

Tabel 2 Hasil Perhitungan *Mean* dan Standart Deviasi Skala Kecemasan Komunikasi Interpersonal

N	Mean	Standar Deviasi	Skor Minimal	Skor Maksimal
37	127,87	20,952	78	161

Setelah dilakukan skoring, subjek akan diklasifikasikan ke dalam 3 kategori, yaitu tinggi, sedang dan rendah yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3 Hasil Analisis Skala Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Interval	Klasifikasi	Frekuensi	presentase
>149	Tinggi	9	13,04%
107-149	Sedang	49	71,02%
<107	Rendah	11	15,94%
Jumlah		69	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa Kecemasan Komunikasi interaktif dari 69 orang subjek penelitian yaitu pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang yang masuk kategori tinggi sebanyak 9 orang (13,04%), sedang 49 orang (71,02%) dan rendah 11 orang (15,94%).

Dari hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang memiliki Kecemasan Komunikasi interaktif dalam tingkatan sedang. Data tentang besarnya skor Kecemasan Komunikasi interaktif dan kategorinya dapat dilihat pada lampiran.

## HASIL ANALISIS KORELASI

### Uji Prasyarat Analisis

Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, haruslah dipenuhi persyaratan analisis terlebih dahulu melalui beberapa proses uji prasyarat analisis terlebih dahulu melalui beberapa uji prasyarat. Pengujian ini dilakukan agar kesimpulan yang ditarik tidak menyimpang dari kebenaran yang seharusnya ditarik. Uji prasyarat pada analisis korelasi adalah uji normalitas sebaran dan uji linieritas hubungan yang dilakukan agar penarikan kesimpulan pada hasil penelitian tidak menyimpang dari kebenarannya. Uji normalitas sebaran bertujuan untuk mengetahui apakah kedua variabel *dependent* maupun variabel *independent* terdistribusi secara normal atau tidak (Sudjiono, 2004). Sedang uji linieritas hubungan berfungsi untuk memastikan apakah variabel terikat dan variabel bebas mengikuti pola hubungan yang linier atau tidak, dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah Self-confidence sedang variabel terikatnya adalah Kecemasan Komunikasi Interpersonal.

Sebelum dilaksanakan pengujian hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji asumsi, yaitu uji normalitas dan linieritas. Terpenuhinya asumsi tersebut dimaksudkan agar kesimpulan yang ditarik tidak menyimpang dari kebenaran.

### Uji Normalitas Data

Uji normalitas data bertujuan untuk mengetahui apakah data yang akan digunakan dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Kolmogorov Smirnov*. Kaidah yang digunakan adalah dengan melihat

nilai  $p$ . Jika  $p > 0,05$  dikatakan normal, jika  $p < 0,05$  dikatakan tidak normal. Analisis dilakukan pada variabel Self-confidence dan variabel kecemasan komunikasi interpersonal. Adapun hasil uji normalitas sebaran data variabel Self-confidence dan kecemasan Komunikasi interaktif adalah sebagai berikut

**Tabel 9. Uji Normalitas**

Variabel	KS-Z	Signifikansi	Ket.	Kesimpulan
Self-confidence	0,721	0,676	Sig. > 0,05	Normal
Kecemasan Komunikasi Interpersonal	1,223	0,100	Sig. > 0,05	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas sebaran pada tabel di atas dapat diketahui bahwa untuk variabel Self-confidence diperoleh KS-Z sebesar 0,721 dengan  $p$  0,676 hal ini menunjukkan bahwa sebaran variabel Self-confidence adalah normal, selain itu dapat diketahui bahwa untuk variabel kecemasan Komunikasi interaktif diperoleh nilai KS-Z sebesar 1,223 dengan  $p$  0,100, hal ini menunjukkan bahwa variabel kecemasan Komunikasi interaktif adalah normal.

### Uji Linearitas Hubungan

Dalam penelitian ini hasil uji linearitas variabel Self-confidence dengan variabel kecemasan Komunikasi interaktif diperoleh  $F$  sebesar 4,703 dengan taraf signifikansi 0,000 hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara Self-confidence dan kecemasan Komunikasi interaktif merupakan hubungan yang linier. Secara ringkas hasil uji linearitas untuk variabel Self-confidence dan kecemasan Komunikasi interaktif dapat dilihat pada tabel 4.6 sedangkan secara detail penghitungan linearitas dapat dilihat pada lampiran.

**Tabel 10. Hasil Uji Linearitas**

Variabel	F	Signifikansi	Keterangan	Kesimpulan
Self-confidence dan Kecemasan Komunikasi interaktif	4,703	0,000	Sig < 0,05	Linier

### Uji Hipotesis Penelitian

Uji hipotesis bertujuan untuk membuktikan ada tidaknya hubungan antara Self-confidence dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada pelajar putri yang tinggal di Asrama MAN 1 Jombang .

Hipotesis dalam penelitian adalah ada hubungan yang negatif dan signifikan antara Self-confidence dengan kecemasan Komunikasi interaktif pada pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang . Untuk mengukur hubungan antara dua variabel digunakan analisis Korelasi *Pearson*.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	$r_{xy}$	Signifikansi	Keterangan	Kesimpulan
Self-confidence dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal	- 0,608	0,000	Sig. < 0,01	Hubungan Negatif

Berdasarkan Tabel 11. diperoleh besarnya korelasi antara Self-confidence dengan kecemasan Komunikasi interaktif sebesar -0,608 dengan taraf signifikansi 0,000. Karena taraf signifikansi di bawah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang negatif dan signifikan antara Self-confidence dengan kecemasan Komunikasi interaktif pada pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang . Artinya bahwa semakin tinggi Self-confidence nya maka semakin rendah kecemasan Komunikasi interaktif pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang .

## PEMBAHASAN

### Self-confidence Siswi yang Tinggal di Asrama MAN 1 Jombang

Self-confidence adalah salah satu ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan akan kemampuan diri sendiri, karena mempunyai sikap positif terhadap kemampuannya, sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain. Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 dapat diketahui bahwa pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang memiliki Self-confidence tinggi sebesar 15,94% (11 orang), sedang sebesar 68,12% (47 orang), dan rendah sebesar 15,94% (11 orang). Maka dapat disimpulkan bahwa pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang berada memiliki Self-confidence sedang.

Self-confidence pada pelajar putri yang tinggal asrama MAN 1 Jombang yang tergolong dalam kategori sedang. Dimana mereka cukup mampu melakukan apa yang ingin dilakukan meskipun mereka memiliki perasaan ragu terhadap apa yang mereka yakini, kapan dan bagaimana mereka ingin melakukannya, merasa cukup nyaman dan yakin kepada kemampuan diri sendiri. Selain itu, mereka melakukan sesuatu dengan cukup baik, menetapkan tujuan yang tidak terlalu berlebihan sehingga mereka mampu meraih tujuannya, tidak melihat adanya perbedaan ketika membandingkan diri mereka dengan orang lain, dan cukup mempertimbangan hal-hal untuk mencapai apa yang mereka inginkan.

Dari hasil penelitian diketahui bahwa pelajar putri yang memiliki Self-confidence tinggi yaitu mereka memiliki sikap positif dimana mereka mampu untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan sekitar. Selain itu,

menurut Liendenfield (1997) remaja putri yang percaya diri memiliki karakteristik Self-confidence lahir maupun Self-confidence batin. Pelajar putri yang memiliki Self-confidence lahir memiliki karakteristik mampu berkomunikasi dengan baik, mampu menyatakan kebutuhan secara tegas, memiliki gaya pakaian sesuai kepribadiannya serta mampu mengontrol perasaannya. Sedangkan individu yang memiliki Self-confidence batin memiliki karakteristik individu yaitu akan mencintai dan menghargai diri sendiri, sangat sadar diri dan mengenal kelemahan serta keterbatasan dirinya, memiliki tujuan hidup yang jelas dan memiliki pemikiran yang positif.

Pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang yang memiliki Self-confidence rendah akan cenderung merasa tidak yakin dengan apa yang ingin di lakukan, merasa kurang nyaman dan kurang yakin dengan kemampuan dirinya sendiri. Selain itu, mereka melakukan sesuatu dengan ragu-ragu, kadang juga mereka kurang mempertimbangkan hal-hal dalam mencapai apa yang dia inginkan. Menurut (Hakim, 2002) individu yang memiliki Self-confidence yang rendah merupakan individu yang memiliki keyakinan negatif terhadap kekurangan yang ada di berbagai aspek kepribadiannya sehingga merasa tidak mampu untuk mencapai berbagai tujuan di dalam kehidupannya.

Menurut Rini (2002) Self-confidence adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan sekitar. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi Self-confidence seseorang, antara lain: 1. Keadaan fisik dimana seseorang memiliki jasmani yang kurang sempurna maka timbulah perasaan tidak enak pada dirinya karena merasa tidak atau kurang berharga untuk dibandingkan dengan sesamanya. Perasaan yang demikian itu dapat disebut rasa rendah diri. Perasaan rendah diri ini selanjutnya menyebabkan orang tersebut menjadi kurang percaya diri; 2. Konsep diri adalah semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain; 3. Harga diri mempengaruhi Self-confidence seseorang dimana seseorang yang memiliki *self esteem* atau harga diri yang tinggi cenderung lebih percaya diri dibandingkan orang-orang yang memiliki *self esteem* yang rendah; 4. Tingkat pendidikan mempunyai pengaruh dalam menentukan Self-confidence . Semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin banyak yang telah dipelajari individu berarti semakin mengenal diri baik kekurangan maupun kelebihan sehingga mampu menentukan sendiri standar keberhasilannya; 5. Interaksi merupakan suatu proses dimana individu memperhatikan dan merespon terhadap individu lain, sehingga dibalas dengan respon tertentu; 6. Jenis kelamin mempunyai pengaruh terhadap tinggi rendahnya Self-confidence individu. Pada umumnya

laki-laki menunjukkan Self-confidence yang lebih baik dari pada perempuan, sehingga perempuan biasanya akan menampakkan rasa kurang percaya diri terhadap kemampuannya. Perempuan cenderung kurang stabil untuk mewujudkan kemampuan dan lebih memperhatikan fisiknya sehingga banyak perempuan mengalami kurang percaya diri terhadap keadaan fisiknya.

### **Kecemasan Komunikasi interaktif Siswi yang Tinggal di Asrama MAN 1 Jombang**

Menurut Rakhmat (2005) orang yang aprehensi dalam komunikasi, akan menarik diri dalam komunikasi, dan hanya berbicara apabila terdesak saja. Bila kemudian terpaksa untuk berkomunikasi, sering pembicaraannya tidak relevan, sebab berbicara yang relevan tentu akan mengundang reaksi orang lain dan ia akan dituntut untuk berbicara lagi.

Dari penelitian ini diketahui bahwa sebagian besar pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang memiliki kecemasan Komunikasi interaktif sedang. Dari 69 subyek penelitian yang mempunyai tingkat kecemasan Komunikasi interaktif yaitu pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang yang masuk kategori tinggi sebanyak 9 orang (13,04%), tingkat kecemasan Komunikasi interaktif sedang sebanyak 49 orang (71,02%) dan tingkat kecemasan Komunikasi interaktif rendah 11 orang (15,94 %).

Maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kecemasan Komunikasi interaktif pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang berada dalam kategori sedang. Di mana pelajar putri akan merasa gugup saat berkomunikasi namun ia masih berusaha untuk tidak menghindari komunikasi tersebut secara langsung. Sehingga saat proses komunikasi berlangsung perasaan cemas tersebut mulai berkurang.

Pelajar putri yang memiliki kecemasan Komunikasi interaktif tinggi tidak berminat berkomunikasi atau ikut berpartisipasi dalam komunikasi, disebabkan karena adanya rasa cemas. Kecemasan dalam berkomunikasi disebabkan oleh adanya penolakan dari orang lain, adanya pemanfaatan terhadap orang lain, ketidak mampuan untuk menyesuaikan perbedaan individu dari masing-masing partisipan dan adanya reaksi dari individu lain yang kurang menyenangkan akan mempengaruhi pembicara. Menurut Burgoon dan Ruffner (1978) bahwa ketakutan dalam berkomunikasi sebagai bentuk reaksi negatif dari individu, dalam bentuk kecemasan yang dialami seseorang ketika berkomunikasi, terutama dalam hal komunikasi interpersonal.

Kecemasan Komunikasi interaktif rendah yang dialami oleh pelajar putri akan tercermin dari minat dan keaktifan berpartisipasi berkomunikasi dengan orang lain yang tinggi. Tidak ada sikap penolakan terhadap orang lain dan mampu menyesuaikan perbedaan individu, tidak ada perasaan cemas apabila berbicara dalam kelompok kecil maupun

kelompok besar. Sehingga hambatan yang menimbulkan kecemasan dalam berkomunikasi secara interpersonal sangat kecil terjadi.

Ada beberapa faktor Menurut Croskey (dalam Devito, 1997) yang menyebabkan kecemasan komunikasi interpersonal meningkat, yaitu: 1. Jika ketrampilan dan pengalaman dalam Komunikasi interaktif kurang maka individu akan sulit berkomunikasi dengan efektif. Selain itu, individu tersebut akan mudah cemas menghadapi situasi yang sama; 2. Tingkat evaluasi, sifat komunikasi yang evaluatif cenderung membuat seseorang lebih merasakan kecemasan, misalnya: saat wawancara melamar pekerjaan, semakin besar perasaan di evaluasi, maka kecemasannya juga akan semakin meningkat; 3. Status yang lebih rendah, menjadikan perasaan menduga bahwa orang lain merupakan komunikator yang lebih baik dan tahu lebih banyak, dari pada yang kita sendiri yang berhubungan dengan mereka. Hal tersebut akan meningkatkan kecemasan, oleh karena itu untuk mengatasinya dengan berpikir positif tentang diri sendiri dan meningkatkan ketrampilan dapat membantu mengurangi perasaan cemas; 4. Seseorang cenderung merasa lebih cemas apabila berbicara dalam kelompok besar dari pada kelompok kecil. Hal tersebut disebabkan oleh adanya perasaan yang membebani bahwa lebih banyak orang yang memperhatikan dirinya; 5. Jika suatu situasi tidak bisa diduga maka kemungkinan untuk menjadi cemas akan lebih besar, misalnya: dalam situasi yang baru atau pada waktu berbicara dengan orang yang tidak dikenal; 6. Adanya perbedaan dengan teman bicara cenderung menimbulkan kecemasan. Sebab, apabila kita memperhatikan pada kesamaan dengan orang lain maka tingkat kesamaan akan menurun; 7. Pengalaman masa lalu akan mempengaruhi respon seseorang apabila menghadapi situasi yang sama. Misalnya saja, pada pengalaman keberhasilan seseorang dalam menjalin komunikasi akan menolong memberikan respon yang tepat saat menjalin komunikasi di waktu berikutnya, sedangkan pengalaman kegagalan akan menimbulkan rasa pesimis dan cemas dalam menjalin Komunikasi interaktif dengan orang lain.

### **Hubungan Antara Self-confidence dan Kecemasan Komunikasi interaktif pada Siswi yang Tinggal di Asrama MAN 1 Jombang**

Menurut Rakhmat (2005) salah satu kemungkinan besar yang menjadi penyebab munculnya kecemasan Komunikasi interaktif adalah keinginan untuk menutup diri, selain karena konsep diri yang negatif timbul dari kurangnya kepercayaan kepada kemampuan sendiri. Orang yang kurang percaya diri akan cenderung sedapat mungkin menghindari situasi komunikasi. Ia takut orang lain akan mengejeknya atau menyalahkannya. Orang yang apprehensif dalam komunikasi, akan menarik diri dari pergaulan, berusaha sekecil mungkin berkomunikasi, dan hanya akan berbicara apabila terdesak saja.

Di dalam penelitian ini dapat diketahui bahwa Self-confidence dan kecemasan Komunikasi interaktif mempunyai hubungan yang signifikan ( $r_{xy} = -0,608$   $p = 0,000 < 0,05$ ). Dari hasil temuan dalam penelitian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi Self-confidence yang dimiliki oleh pelajar putri yang tinggal di asrama maka semakin rendah kecemasan Komunikasi interaktif yang mereka miliki. Namun sebaliknya, jika kepercayaan diri rendah maka anak akan memiliki kecemasan Komunikasi interaktif yang tinggi.

Menurut Devito (1997) bahwa anak yang memiliki kemampuan berkomunikasi dan mampu menjadi komunikator yang efektif memiliki Self-confidence sosial yaitu perasaan cemas yang tidak mudah dilihat oleh orang lain dan selalu merasa nyaman bersama orang lain, termasuk dalam berbagai situasi dan kondisi apapun. Komunikator yang secara sosial memiliki Self-confidence yang baik akan bersikap santai, tidak kaku, fleksibel dalam suara dan gerak tubuh, tidak terpaku pada nada suara tertentu dan gerak tubuh tertentu, tidak gugup atau canggung.

Menurut Wulandari (2004) tujuan Komunikasi interaktif yaitu untuk menyelidiki suatu realita yaitu dengan adanya masukan dari orang lain, seseorang akan dapat menguji atau membandingkan realita yang dilihatnya dengan realita yang dilihat oleh orang lain; untuk mengetahui identitas diri yaitu seseorang akan mengenali dirinya lewat respon yang diberikan oleh orang lain; untuk meningkatkan harga diri yaitu ketika seseorang berkomunikasi dengan orang lain secara implisit; untuk mengontrol lingkungan sosial; untuk mengetahui berbagai informasi yaitu dalam kehidupan sehari-hari setiap orang saling membutuhkan untuk memperoleh informasi yang diperlukan.

Bila Self-confidence positif maka anak mampu menyembunyikan perasaan cemasnya dalam berbagai situasi dan kondisi apapun, mereka akan bersikap santai, tidak kaku, fleksibel dalam suara dan gerak tubuh, tidak terpaku pada nada suara tertentu dan gerak tubuh tertentu, tidak gugup.

Spitzberg dan Cupach (dalam Devito, 1997) menyebutkan bahwa individu yang menjalin Komunikasi interaktif yang baik akan memiliki Self-confidence yang baik pula. Saat melakukan komunikasi interpersonal, individu mampu mengutarakan segala hal yang ia rasakan kepada orang lain. Ketika individu merasa rendah diri karena suatu hal, ia menyampaikan perasaan tersebut kepada individu lain.

Dari hasil penelitian dapat diketahui jika Self-confidence tinggi maka kecemasan Komunikasi interaktif yang dimiliki oleh pelajar putri yang tinggal di asrama rendah. Pelajar putri yang tinggal di asrama yang memiliki kecemasan Komunikasi interaktif tinggi akan cenderung memilih item yang lebih mengarah pada Self-confidence yang rendah. Hal ini

dapat dilihat dari hasil penelitian dimana terdapat 15,94% dari 69 siswi yang memiliki Self-confidence yang tinggi dan 15,94% memiliki kecemasan Komunikasi interaktif yang rendah. Hal ini dapat terjadi karena Self-confidence yang dimiliki oleh pelajar putri yang tinggal di asrama mempunyai ciri-ciri: mampu memahami diri sendiri, dengan segala kekurangan dan kelebihan yang dimikinya, bagaimana cara orang lain menilai dirinya, dan seseorang mampu memahami perkembangan mentalnya. Individu yang selalu berpikiran positif terhadap dirinya sendiri maka memiliki Self-confidence yang positif akan merasa nyaman dan mudah membuka diri dengan orang lain dan mengemukakan pendapatnya pada orang lain, sehingga keadaan seperti itu akan memungkinkan terciptanya suatu Komunikasi interaktif yang menyenangkan.

Dari hasil penelitian juga diketahui jika Self-confidence rendah maka kecemasan komunikasi interpersonal yang dimiliki oleh pelajar putri yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang tinggi, dimana terdapat 15,94% pelajar putri yang tinggal di asrama yang memiliki Self-confidence rendah dan 13,04% remaja yang memiliki kecemasan Komunikasi interaktif yang tinggi. Hal ini dapat terjadi karena pelajar putri yang tinggal di asrama memandang dirinya kurang komunikasi akan menghambat perkembangan kepribadiannya. Dan hambatan ini akan menimbulkan kecemasan dalam menjalin hubungan dengan orang lain di tambah dengan mereka berada dalam lingkungan yang baru, sehingga memunculkan rasa percaya diri yang kurang.

Dari penjelasan di atas dan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa antara Self-confidence yang dimiliki oleh pelajar putri yang tinggal di asrama akan berdampak pada kecemasan dalam Komunikasi interaktif yang dialami oleh pelajar putri tersebut.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa: Self-confidence Siswi yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang, dari hasil penelitian ditunjukkan memiliki Self-confidence sedang (68,12%), kecemasan Komunikasi interaktif Siswi yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang memiliki kecemasan Komunikasi interaktif sedang (71,02%) dan hasil uji hipotesis yang dilakukan dengan teknik korelasi *product moment* diketahui  $r_{xy} = -0,608$  dengan signifikansi ( $0,000 < 0,05$ ) ada hubungan negatif dan signifikan antara Self-confidence dengan kecemasan Komunikasi interaktif pada Siswi yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang. Artinya bahwa semakin tinggi Self-confidence nya maka semakin rendah kecemasan Komunikasi interaktif Siswi yang tinggal di asrama MAN 1 Jombang.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Andayani, B., & Afiatin, T. (1996). Konsep Diri, Harga Diri dan Self-confidence Remaja. *Jurnal Psikologi*, Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, Yogyakarta.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2009). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Budyatma. (2005). *Komunikasi Antar Pribadi*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Burgoon, M., & Ruffner, M. (1978). *Human Communication*. United States of America: Precision Typographers.
- Devito, J. A. (1997). *Komunikasi Antar Manusia*. Alih Bahasa: Ir. Agus Maulana MSM. Jakarta: Profesional Book.
- Ellis, B. R., Gates, J. R., & Konworthy, N. (2000). *Interpersonal Communication Nursing*. Terjemahan: Buku Kedokteran, Jakarta.
- Gerungan, W. A. (1996). *Psikologi Sosial*. Bandung: Eresco.
- Hadi, S. (1991). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM.
- Hakim, T. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*.
- Hanurawan, F. (2001). Perspektif Psikologi Sosial Terhadap Komunikasi Diadik. *Jurnal Ilmiah Psikologi "ARKHE"*, 6(2), 58-66. Jakarta: Fakultas Psikologi-Tarumanegara.
- Hurlock, E. B. (1990). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Terjemahan. Jakarta: Erlangga.
- Lauster, P. (2006). *Tes Kepribadian*. Jakarta: Sinar Grafika Offset.
- Liliweri, A. (2003). *Komunikasi Antar Pribadi*. Bandung: Citra Aditya Bakti.
- Lunandi, A. G. (1992). *Komunikasi Mengena*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Mappiare, A. (1982). *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Martani, W., & Adiyanti, M. G. (1991). Kompetensi Sosial dan Self-confidence Remaja. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 17-20.
- Monks, F. J., Knoers, A. M. O., & Siti Rahayu Haditono. (2002). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Mu'Arifah, A. (2005). Hubungan Kecemasan & Agresivitas. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 2(2), 102-110. Yogyakarta: Fakultas Psikologi-Universitas Gadjah Mada.

- Myers, E. G., & Myers, T. M. (1985). *The Dynamics Of Human Communication*. New York: McGraw-Hill.
- Nasution. (2002). *Metode Research: Penelitian Ilmiah*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Nevid, S. J., Rathus, S. A., & Greene, B. (2003). *Psikologi Abnormal, Edisi Kelima, Jilid 1*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Rakhmat, J. (2005). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Ramdhani, N. (1991). *Harga Diri dan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa yang sulit bergaul. Laporan Penelitian*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- Rini, J. F. (2002). *Memupuk Rasa Percaya Diri*. Jakarta: Team e-psikologi. Diakses dari [http://www.e-psikologi.com/epsi/artikel\\_detail.asp?id=84](http://www.e-psikologi.com/epsi/artikel_detail.asp?id=84) pada tanggal 19 Januari 2013.
- Sudjiono. (2004). *Pelatihan Analisis Data SPSS Versi 11.5*. Malang: FIP Jurusan BKP Universitas Negeri Malang.
- Sugiyono. (2008). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata, S. (2000). *Pengembangan Alat Ukur Psikologi*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Taylor. (2000). *Confidence In Just 7 Days*. United Kingdom: Vermilion.
- Ubaydillah, A. N. (2006). *Bagaimana Menjadi Percaya Diri*. Diakses dari <http://www.e-psikologi.com/epsi/search.asp> pada tanggal 19 Januari 2013.