

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Komunikasi merupakan suatu aktifitas fundamental yang dilakukan individu untuk menjalin hubungan dengan orang lain dan saling mempengaruhi satu sama lain. Menurut Rakhmat (2011) komunikasi dipergunakan sebagai proses pengelolaan informasi, penyampaian pesan, dan memberikan pengaruh di antara berbagai sistem dalam diri organisme dan di antara organisme. Komunikasi yang baik akan membentuk kualitas diri karena adanya sikap terbuka, empati, dukungan, rasa positif, kesamaan, arus pesan dua arah dll.

Memiliki komunikasi yang baik sangat penting bagi mahasiswa karena bermanfaat untuk menunjang kehidupan sehari-hari yang lebih efektif; baik ketika kegiatan di dalam kampus maupun di luar kampus. Dalam belajar di kampus mahasiswa tidak mungkin sendiri, selalu ada orang lain yang dibutuhkan untuk menggali dan mengembangkan potensi yang dimiliki. Sebuah kerjasama yang baik akan terwujud apabila mahasiswa berkomunikasi secara efektif di lingkungannya (Djojodibroto dalam Pratiwi, 2016). Oleh karena itu, hendaknya mahasiswa memiliki keterampilan komunikasi yang baik.

Namun nyatanya masih banyak mahasiswa yang merasa takut dan cemas jika harus melakukan komunikasi antar pribadi maupun kelompok. Ketakutan dan kecemasan komunikasi disebut dengan istilah *communication apprehension*. Menurut McCroskey dkk (1976) *communication apprehension* adalah karakteristik tipe kepribadian yang ditandai dengan penarikan dan penghindaran komunikasi, serta perasaan tidak nyaman dan ketegangan saat berkomunikasi. *Communication apprehension* ini di identikkan dengan fenomena psikologis yang disebut kecemasan sosial di mana individu mengalami kecemasan sosial ketika berbicara di depan orang lain (Rieko, 2008).

Faktor yang menjadi penyebab *communication apprehension* yaitu; pikiran, perasaan dan perilaku negatif yang mempengaruhi keseluruhan hidup mahasiswa. Menurut Ayres & Hopf (1993) mahasiswa yang memiliki *communication apprehension* akan berpikir negatif tentang dirinya dari pada fokus dengan apa yang ingin dia bicarakan. Sejalan dengan pendapatnya Ayres, menurut Anggraini et al (2017) dalam penelitiannya terdapat hubungan yang signifikan antara berpikir positif dengan *communication apprehension* dengan arah hubungan negatif, yang artinya semakin tinggi berpikir positif maka semakin rendah *communication apprehension* pada mahasiswa dan begitu pula sebaliknya.

Pendapat ini diperkuat oleh Pratama (2018) dalam penelitiannya pada mahasiswa Prodi Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Tanjungpura, ditemukan bahwa mahasiswa yang berpikir negatif saat berbicara di depan kelas merasa bahwa tidak percaya diri dengan tata bahasanya, takut dikritik, kurang kosakata, gugup, khawatir dan cemas sehingga enggan untuk berbicara. Hal ini terjadi karena mahasiswa menganggap berbicara di depan umum merupakan ancaman dan tantangan yang sulit dihadapi (Wahyuni, 2013).

Adapun empat aspek *communication apprehension* menurut McCroskey & Beatty (1986), yaitu: pertama, *communication apprehension* di depan umum seperti; presentasi di depan kelas, berpidato atau memberikan sambutan dalam suatu acara. Kedua, *communication apprehension* dalam pertemuan atau sebuah acara formal seperti rapat kemahasiswaan. Ketiga, *communication apprehension* dalam kelompok yang melibatkan banyak penilaian, tanggapan atau diskusi. Keempat, aspek *communication apprehension* interpersonal yang terjadi pada saat individu melakukan percakapan dengan orang lain.

Efek dari *communication apprehension* pada mahasiswa pun sangat beragam, baik secara verbal maupun non verbal. Menurut

Byrne & Griffitt dalam McCroskey dkk (1975) terdapat efek interpersonal seperti dianggap kurang menarik serta tidak memiliki daya tarik sosial. Selain itu, terdapat efek pada teman sebaya dimana mahasiswa tidak bisa beradaptasi di dalam kelompok kecil dan memiliki ketegangan komunikasi pada saat mengemukakan pendapat di dalam kelompok (Wells & Lashbrook dalam McCroskey, 1976) dan efek yang terakhir yaitu nonverbal. Mahasiswa yang memiliki *communication apprehension* juga akan menghindari bahasa nonverbal seperti: membangun jarak, penghindaran kontak mata, menghindari sentuhan, mengurangi pembicaraan, terdapat perilaku kinesik seperti melakukan gerakan saat berbicara, dan memberikan banyak waktu jeda (McCroskey, 1976).

Menurut McCroskey dkk (1976) mahasiswa yang memiliki *communication apprehension* yang tinggi memiliki karakteristik yang tidak menarik, tidak memiliki jiwa pemimpin, tidak tegas, tidak dapat diandalkan, menghindari kegiatan dalam kelompok, pemalu, tidak menyukai interaksi, menyukai lingkungan yang tenang, pembicara yang tidak efektif, kurang pengendalian diri, dan begitu juga sebaliknya.

Karakteristik ini berhubungan erat dengan tingkat harga diri pada mahasiswa. Menurut Rosenberg (1965) harga diri merupakan

pandangan diri secara positif maupun negatif. Mahasiswa yang memiliki harga diri tinggi berpikir secara positif bahwa dia adalah orang yang berharga; dia menghargai dirinya sendiri apa adanya dan tidak mengharapkan orang lain kagum pada dirinya karena dia tidak selalu menganggap dirinya lebih unggul dari orang lain dan begitu juga sebaliknya.

Mahasiswa dengan tingkat harga diri rendah cenderung kurang bersedia untuk berkomunikasi. Ia akan mengalami kesulitan untuk mengemukakan pendapatnya pada orang lain dan menghindari jika melakukan komunikasi karena takut orang lain mengejek atau menyalahkannya (Rakhmat, 2011). Selain itu, mahasiswa juga mengalami kesulitan dalam menceritakan dirinya yang sebenarnya. Mahasiswa dengan harga diri rendah lebih senang berperan sebagai pendengar dan tidak ingin untuk turut aktif dalam pembicaraan, sehingga komunikasi yang terjadi bersifat satu arah (Sari et al, 2006).

Adapun dua aspek harga diri menurut Rosenberg (1965) yaitu: pertama, penerimaan diri dimana mahasiswa dapat menerima dirinya secara utuh baik dari segi akademik, sosial, fisik, keluarga dan emosi sehingga mahasiswa dapat memandang positif terhadap dirinya maupun orang lain. Kedua, terdapat aspek penghargaan diri dimana

mahasiswa bisa bersaing secara positif dengan orang lain dan merasa puas atas prestasi atau pencapaian yang ia miliki.

Terdapat tiga faktor yang mempengaruhi harga diri seperti; pengasuhan, gender, dan status sosial (Mruk, 2006). Faktor ini sangat mempengaruhi harga diri pada mahasiswa karena jika mahasiswa mendapatkan penerimaan yang kurang baik maka mahasiswa akan mengalami kerentanan seperti; sensitivitas terhadap kritik, sangat terganggu ketika ditertawakan, merasa terganggu jika orang lain memiliki pendapat yang buruk tentang mereka, merasa terganggu ketika mereka menyadari beberapa kesalahan atau ketidakcakapan dalam diri mereka. Mahasiswa yang terganggu dengan hal-hal negatif mengenai pendapat orang lain cenderung mudah tersinggung dan mudah terluka. Hal ini menyebabkan perasaan isolasi psikis dimana individu mengalami kesepian dan tidak dapat melakukan kontak dengan orang lain, berkomunikasi, berbagi perasaan, ide, dan antusiasme (Horney dalam Rosenberg, 1965). Permasalahan tersebut membuat mahasiswa cenderung mengalami indikator fisiologis kecemasan seperti; tangan gemetar, gugup, insomnia, jantung berdebar, sakit kepala dll (Rosenberg, 1965).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Campero dkk (2020) pada mahasiswa psikologi ditemukan bahwa adanya hubungan

yang kuat antara *communication apprehension* dan harga diri pada mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki *communication apprehension* memiliki harga diri yang rendah, namun mahasiswa masih bisa melakukan peningkatan kompetensi komunikasi jika mahasiswa bisa mengurangi *communication apprehension* yang akan berdampak positif terhadap peningkatan harga diri.

Penelitian lainnya yaitu dilakukan oleh Parveen & Mythili (2019) pada mahasiswa teknik di India. Ditemukan bahwa terdapat perbedaan *communication apprehension* mahasiswa laki-laki dan perempuan namun tidak terdapat perbedaan tingkat harga diri pada mahasiswa laki-laki dan perempuan. Pada aspek pertemuan, mahasiswa laki-laki dan perempuan memiliki *apprehension* yang sama namun memiliki tingkat *communication apprehension* yang berbeda pada aspek kelompok dan komunikasi interpersonal. Jika dikaitkan dengan harga diri, terdapat hubungan positif antara *communication apprehension* dengan harga diri di antara mahasiswa teknik.

Pendapat tersebut diperkuat oleh Amir & Witriani (2019) pada survei awal yang dilakukan pada 66 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjajaran, menunjukkan bahwa 95% dari 66 mahasiswa menyatakan pernah mengalami kecemasan saat berbicara di depan umum di lingkungan perkuliahan. Selain itu, 48% dari 63 mahasiswa

mengatakan bahwa yang paling membuat cemas adalah saat mengemukakan pendapat dan bertanya di kelas, 36% dari 63 mahasiswa mengatakan bahwa yang paling membuat cemas adalah saat presentasi di dalam kelas, 14% dari 63 mahasiswa mengatakan bahwa yang paling membuat cemas adalah saat memberikan instruksi, 2% dari 63 mahasiswa mengatakan bahwa yang paling membuat cemas adalah saat diskusi kelompok. Terhambatnya proses komunikasi turut ditentukan oleh kondisi harga diri mahasiswa tersebut karena mahasiswa cenderung menghindari situasi yang mengharuskannya untuk berkomunikasi, merasa kurang diterima, merasa dinilai negatif oleh lawan bicara, dan merasa bahwa komunikasi merupakan sesuatu yang tidak menyenangkan (McCroskey et al., 1977).

Peneliti melakukan studi pendahuluan pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta dengan menggunakan metode wawancara kepada 15 mahasiswa dari berbagai fakultas dan prodi untuk mengetahui gambaran mengenai *communication apprehension* dan harga diri. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa 9 dari 15 mahasiswa mengalami *communication apprehension* di depan umum karena mahasiswa merasa tidak percaya diri untuk menjadi pusat perhatian dan takut mendapatkan penilaian buruk dari orang lain. Pada komunikasi dalam pertemuan, terdapat 11 dari 15 mahasiswa

yang lebih memilih diam pada acara-acara formal seperti rapat kemahasiswaan karena merasa pendapatnya kurang bermutu. Pada komunikasi dalam kelompok, terdapat 5 dari 15 mahasiswa merasa takut mendapatkan penilaian yang buruk dari orang lain jika mereka melakukan komunikasi di dalam kelompok atau menyatakan pendapat di dalam kelompok karena beberapa dari mereka pernah mengalami pengalaman yang buruk di masa lalu sehingga mahasiswa lebih memilih untuk berdiam. Selain itu, pada komunikasi dua arah terdapat 2 dari 15 mahasiswa tidak menyukai percakapan yang intens dengan orang lain karena merasa tidak nyaman.

Sedangkan hasil studi pendahuluan pada harga diri mahasiswa ditemukan, 13 dari 15 mahasiswa masih belum bisa menerima dirinya secara utuh karena masih terdapat luka yang disebabkan oleh keluarga atau pola asuh orang tua yang diterima sejak kecil. Selain itu mahasiswa juga mempunyai permasalahan terhadap aspek sosial dimana mahasiswa takut mendapatkan penilaian buruk dari orang lain. Begitu juga terhadap penghargaan diri, 13 dari 15 mahasiswa masih merasa belum puas atas prestasi yang sudah dimilikinya bahkan terdapat 3 mahasiswa yang menyalahkan diri sendiri atas ketidakpuasan terhadap penghargaan diri yang ia terima.

Berdasarkan latar belakang di atas, penelitian ini penting untuk diteliti karena masih banyak mahasiswa yang mengalami

*communication apprehension* secara sifat, konteks maupun situasi sehingga mahasiswa memiliki harga diri yang rendah. Selain itu, mahasiswa juga tidak menyadari efek panjang atas *communication apprehension* dan rendahnya harga diri. Serta kurangnya penelitian yang membahas mengenai hubungan antar keduanya khususnya penelitian di Indonesia. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara *communication apprehension* dengan harga diri pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berikut merupakan identifikasi masalah berdasarkan latar belakang yang telah ditulis oleh peneliti:

1. Bagaimana *communication apprehension* mahasiswa Universitas Negeri Jakarta?
2. Bagaimana harga diri mahasiswa Universitas Negeri Jakarta?
3. Bagaimana hubungan antara *communication apprehension* dan harga diri pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta?

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas. Maka peneliti memfokuskan penelitian pada “Hubungan Antara *Communication Apprehension* dengan Harga Diri Pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta”.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah Terdapat Hubungan antara *Communication Apprehension* dengan Harga Diri Pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta?”.

#### **E. Kegunaan Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

##### **1. Secara Teoritis**

Penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan informasi, wawasan baru, serta kontribusi bagi ilmu pengetahuan dan masukan dalam bidang keilmuan Bimbingan dan Konseling di Indonesia. Khususnya mengenai *communication apprehension* dan harga diri pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta.

##### **2. Secara Praktis**

###### **a. Bagi Peneliti Lain**

Penelitian ini sebagai sarana untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan mengenai hubungan antara *communication apprehension* dengan harga diri pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta.

**b. Bagi Mahasiswa Lain**

Bagi mahasiswa lain, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu cara meningkatkan komunikasi. Sehingga dapat memiliki tingkat harga diri yang tinggi serta dapat berkomunikasi yang baik dalam kehidupan sehari-hari terutama pada saat perkuliahan atau di tempat pekerjaan.

**c. Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling**

Hasil penelitian ini digunakan sebagai salah satu referensi penulisan skripsi di perpustakaan Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UNJ.

