BAB I
PENDAHULUAN

Bab ini merupakan pendahuluan dari skripsi yang mendasari penelitian ini, meliputi latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.

A. Latar Belakang Penelitian

Manusia sebagai makhluk sosial selalu terlibat dan berinteraksi dengan orang lain, baik secara kelompok maupun secara personal, dan dalam interaksinya manusia melakukan komunikasi (Rakhmat, 2011). Komunikasi adalah proses pembentukan, penyampaian, penerimaan dan pengolahan pesan yang melibatkan individu dalam suatu hubungan dan memiliki tujuan tertentu (Devito, 2011).

Berdasarkan sudut pandang psikologi, komunikasi merupakan sebuah peristiwa sosial yang terjadi ketika individu berinteraksi dengan orang lain (Schramm, 1995; Bunker & Huffner, 2002). Komunikasi selalu berkaitan dengan stimulus dan respon, yakni cara individu berkomunikasi menjadi stimulus yang menimbulkan respon pada individu lainnya. Jika komunikasi dilakukan secara efektif, respon yang didapatkan pun akan baik dan tepat. (Hovland, Janis, dan Kelly, 1995)

Singh (2010) menyebutkan bahwa kemampuan untuk dapat berkomunikasi secara efektif sangat dituntut pada siapapun, termasuk mahasiswa sebagai calon pemimpin bangsa dan intelektual muda. Berbeda dengan masa selama menjadi siswa lanjutan (SD, SMP, dan SMA), di tingkat Perguruan Tinggi mahasiswa dihadapkan pada situasi belajar yang menuntut mahasiswa lebih mandiri, aktif, dan berinisiatif dalam mencari informasi. Hal tersebut diperlukan dalam menjalani berbagai aktivitas perkuliahan, antara lain mempresentasikan makalah di depan kelas, konsultasi skripsi, menghadapi berbagai ujian praktik, saat diadakan diskusi kelompok, dan saat melakukan bedah jurnal (Santoso, 1998).

Elisa Sidauruk, 2016
HUBUNGAN SELF-REGULATION DENGAN COMMUNICATION APPREHENSION MAHASISWA UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Menurut Ayres (2005), mahasiswa kerapkali mengalami kesulitan ketika ada dalam situasi komunikasi, baik dalam proses belajar di kelas maupun dalam suasana informal di luar kelas. Blackburn & Davidson (2004) menyebutkan bahwa salah satu penyebab terjadinya kesulitan komunikasi adalah adanya kecemasan komunikasi (dalam psikologi disebut *communication apprehension*) yang dialami mahasiswa. Menurut Wahjudi (2009), *communication apprehension* adalah perasaan takut atau gelisah dalam transaksi komunikasi. *Communication apprehension* dapat muncul pada diri siapapun, kapanpun, dan dimanapun, misalnya dalam menyampaikan pendapat dan pertanyaan, saat berdiskusi, saat berkomunikasi dengan orang yang baru dikenal, dll.

Survei berskala nasional pernah dilakukan di Amerika pada tahun 2002 oleh *American Psychology Assosiation* terhadap 1000 orang dewasa. Di dalam survei tersebut, partisipan diajukan pertanyaan-pertanyaan mengenai kecemasan yang paling sering dialami. Hasil survei tersebut menunjukkan bahwa 45% pastisipan menjawab *communication apprehension*. Selain itu, dalam penelitian tersebut ditemukan bahwa presentase perempuan yang mengalami *communication apprehension* lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, yakni perempuan berjumlah 54% sedangkan laki-laki 34%.

Terkait adanya perbedaan tingkat *communication apprehension* berdasarkan jenis kelamin, Sudardjo (2003) dalam penelitiannya menemukan bahwa tingkat *communication apprehension* pada perempuan lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki. Myers (1998) mengatakan bahwa perempuan cenderung lebih cemas dalam menghadapi ketidakmampuannya dibanding dengan laki-laki. Laki-laki memiliki sikap cenderung lebih aktif, eksploratif, sedangkan perempuan lebih sensitif. Menurut Morris (dalam Bunker & Huffner, 2000), sifat sensitif pada perempuan membuat dirinya lebih mudah dipengaruhi rasa khawatir akan efek-efek yang timbul ketika berkomunikasi.

Selain itu, temuan lain mengenai *communication apprehension* juga didapatkan dari penelitian yang dilakukan oleh Klassen (2009) di Kota Yogyakarta. Ia menemukan bahwa tingkat *communication apprehension*

remaja laki-laki lebih rendah dibandingkan remaja perempuan. Hal tersebut dikarenakan pengaruh penilaian atau *stereotipe* masyarakat atau lingkungan sosial tempat individu berada. Penilaian atau *stereotipe* masyarakat akan berpengaruh terhadap pembentukan konsep diri individu yang akhirnya membuat individu tersebut mengalami *communication apprehension* ketika berada di lingkungan sosial.

Di Indonesia penelitian terkait *communication apprehension* pada mahasiswa pernah dilakukan oleh Santoso (1998). Dalam penelitiannya, ia menemukan bahwa sekitar 29,3% mahasiswa mengalami *communication apprehension* yang sangat tinggi bahkan cenderung meningkat menjadi stress. Hal tersebut menjadi salah satu penyebab mahasiswa menghindari mata kuliah tertentu hingga akhirnya berpengaruh pada nilai akademik, hubungan mahasiswa dan dosen, lamanya kelulusan, bahkan membuat mahasiswa hingga memutuskan untuk berhenti kuliah.

Winkel (1997) membagi mahasiswa ke dalam tiga periode masa kuliah, yaitu tingkat awal (semester 1-2), tingkat pertengahan (semester 3-6) dan tingkat akhir (≥ semester 7). Pada tingkat awal, mahasiswa cenderung mengalami *communication apprehension* lebih tinggi dibandingkan tingkat pertengahan dan tingkat akhir. Hal tersebut terjadi karena mahasiswa tingkat awal mengalami perubahan dan perbedaan iklim baik dalam bidang akademik maupun non akademik yang menuntut mereka harus dengan cepat menyesuaikan diri atau beradaptasi dengan perubahan tersebut. Selama menjalani proses adaptasinya, mahasiswa tingkat awal akan banyak mengalami situasi komunikasi dan cenderung mengalami *communication apprehension*. Berbeda dengan mahasiswa pada tingkat pertengahan dan tingkat akhir yang sudah lebih lama beradaptasi dengan berbagai aktivitas perkuliahan dan mengalami *communication apprehension* hanya dalam hal-hal tertentu.

Terkait fenomena mengenai *communication apprehension*, peneliti melakukan wawancara tidak terstruktur kepada 5 orang mahasiswa dari jurusan yang berbeda di Universitas Pendidikan Indonesia. Lima mahasiswa

tersebut memaparkan bagaimana perbedaan iklim belajar ketika di bangku SMA dan di bangku perkuliahan. Status mahasiswa membuat mereka dituntut untuk lebih terlibat aktif dalam banyak hal, diantaranya dalam diskusi kelompok, menyampaikan pendapat, berdebat, praktik mengajar (jurusan pendidikan), dan mempresentasikan materi di depan kelas. Kelima subjek mengaku kerap merasa cemas, gugup, dan pikiran yang tiba-tiba "*blank*" ketika melakukan kegiatan-kegiatan tersebut karena dilakukan di depan teman sekelas dan diawasi oleh dosen.

Menurut penjelasan kelima subjek, kecemasan yang mereka rasakan kerap kali disebabkan karena pikiran negatif saat hendak melakukan komunikasi, diantaranya takut jika tiba-tiba lupa apa yang ingin disampaikan, takut jika ada yang salah dengan penampilan, takut dikomentari jelek oleh dosen, takut tidak dapat menjawab pertanyaan, takut dikira *sok* pintar, dll. Selain itu, terlalu membandingkan kemampuan diri dengan kemampuan orang lain dan merasa tidak mendapatkan dukungan dari lingkungan sosial juga menyebabkan *communication apprehension*.

Kelima subjek mengaku lebih dapat meminimalisasi rasa cemas ketika sudah mempersiapkan diri sebelumnya dan menetapkan target-target yang ingin dicapai, misalnya harus mendapatkan nilai A pada mata kuliah tertentu, harus lulus dengan nilai tertinggi, harus mendapat komentar yang positif dari teman dan dosen, dll. Dalam mencapai tujuan atau target-target tersebut, subjek berusaha untuk menghilangkan pikiran-pikiran negatif serta memaksakan diri untuk menguasai situasi kelas agar merasa lebih tenang dan santai ketika harus berkomunikasi.

Hasil wawancara yang dipaparkan di atas sesuai dengan pernyataan Morreale, dkk (2000) yang menjelaskan bahwa *communication apprehension* dipengaruhi oleh cara berpikir yang keliru, menilai diri terlalu tajam, mengkhawatirkan sesuatu yang belum tentu terjadi pada saat komunikasi dilakukan, serta kurangnya motivasi yang dimiliki dalam mencapai tujuan, oleh karena itu persiapan yang matang dan tepat sebelum melakukan suatu komunikasi sangat penting untuk dilakukan.

Menurut Ayres (2005), mahasiswa yang kerapkali mengalami *communication apprehension* akan mengalami kesulitan dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya. Mereka akan cenderung menghindari aktivitas yang menuntut terjadinya komunikasi di depan umum dan cenderung dianggap tidak menarik oleh orang lain. Oleh karena itu, untuk menghadapi *communication apprehension,* mahasiswa perlu memiliki strategi tertentu.

Elizabeth & Marian (2006) menyebutkan bahwa *self-regulation* merupakan salah satu strategi yang efektif dalam mencapai suatu tujuan, melibatkan cara berpikir dan belajar (metakognisi) serta peran motivasi yang dimiliki individu. Menurut Zimmerman (2000), *self-regulation* dari sudut metakognitif meliputi perencanaan, pengorganisasian, instruksi diri, dan evaluasi diri sedangkan dari sudut perilaku, *self-regulation* dapat mendorong individu untuk memilih, menstruktur, dan menciptakan lingkungan fisik untuk mengoptimalisasi penguasaan individu dalam lingkungan sosial.

Selain itu menurut Baumeister (2006) perbedaan individu dalam melakukan *self-regulation* akan memengaruhi kondisi sosial mereka. Orang yang memiliki kemampuan *self-regulation* yang tinggi akan membuat individu lebih mampu mengontrol lingkungan sekitarnya. Thomas & Erin (2012) menyebutkan bahwa ketika individu menguasai lingkungan sosialnya, hal tersebut dapat meminimalisasi terjadinya *communication apprehension*.

Lebih lanjut Zimmerman (2002) mendefinisikan *self-regulation* merupakan penggunaan suatu proses yang mengaktivasi pemikiran, perilaku, dan perasaan yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. *Self-regulation* adalah kemampuan individu untuk mengontrol perilakunya. Berdasarkan hal tersebut terdapat kemungkinan bahwa *self-regulation* berperan dalam *communication apprehension*.

Penelitian *Self-regulation* kerapkali dikaitkan dengan individu dalam bidang akademik, seperti penelitian yang dilakukan oleh Dignath & Buttner (2008) yang menemukan *self-regulation* berhubungan dengan prestasi siswa di sekolah. Selain itu, Ayuningtyas (2015) pernah melakukan penelitian

mengenai tingkat *self-regulation* mahasiswa di Yogyakarta yang hasil penelitiannya adalah sekitar 34,4% mahasiswa di Yogyakarta memiliki tingkat *self-regulation* yang tinggi, 65,6% mahasiswa memiliki *self-regulation* kategori sedang, dan tidak ada mahasiswa yang memiliki *self-regulation* kategori rendah.

Zimmerman dan Martines Ponz (dalam Yukselturk & Bulut, 2009) mengungkapkan bahwa tingkat *self-regulation* dapat dipengaruhi oleh perbedaan jenis kelamin. Dalam penelitiannya, ia menemukan bahwa perempuan memiliki tingkat *self-regulation* yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal tersebut karena perempuan cenderung menggunakan pemantauan diri, penetapan tujuan, perencanaan dan penataan terhadap lingkungan dibandingkan laki-laki.

Dalam studi lain oleh Ramadhani (2008), ditemukan pula bahwa kemampuan *self-regulation* mahasiswa perempuan melampaui mahasiswa laki-laki dalam menggunakan beberapa strategi *self-regulation*, seperti latihan, berorganisasi, metakognisi, dan keterampilan manajemen waktu. Berbeda dengan penelitian tersebut, Safaria (2007) menemukan bahwa tidak terdapat perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam melakukan *self-regulation*.

Berdasarkan pemaparan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan *self-regulation* dengan *communication apprehension* serta mengetahui perbedaan *self-regulation* dan *communication apprehension* berdasarkan jenis kelamin dan periode masa kuliah dan membandingkan hasilnya dengan temuan penelitian sebelumnya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan di atas, maka penelitian ini memiliki rumusan masalah:

1. Apakah terdapat hubungan *self-regulation* dengan *communication apprehension* mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia?

2. Apakah terdapat perbedaan *self-regulation* pada mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan Universitas Pendidikan Indonesia?
3. Apakah terdapat perbedaan *self-regulation* pada mahasiswa tingkat awal, tingkat pertengahan, dan tingkat akhir?
4. Apakah terdapat perbedaan *communication apprehension* pada mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan Universitas Pendidikan Indonesia?
5. Apakah terdapat perbedaan *communication apprehension* pada mahasiswa tingkat awal, tingkat pertengahan, dan tingkat akhir?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji data secara empiris yang meliputi:

1. Hubungan *self-regulation* dengan *communication apprehension* mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Perbedaan *self-regulation* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Perbedaan *self-regulation* pada mahasiswa tingkat awal, tingkat pertengahan, dan tingkat akhir.
4. Perbedaan *communication apprehension* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan Universitas Pendidikan Indonesia.
5. Perbedaan *communication apprehension* pada mahasiswa tingkat awal, tingkat pertengahan, dan tingkat akhir.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini bermanfaat secara teoritis dan praktis. Berikut manfaat penelitian ini:

1. Teoritis

   Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman berkenaan dengan *self-regulation* dan *communication apprehension* mahasiswa.

2. Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan pada mahasiswa untuk memahami pentingnya *self-regulation* sehingga mencegah mahasiswa mengalami *communication apprehension*.

E. Sistematikan Penulisan Skripsi

Skripsi ini terdiri dari lima bab dan setiap bagiannya terdiri dari beberapa sub bab dengan rincian sebagai berikut:

1. Bab I Pendahuluan

   Terdiri atas latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skrisi.

2. Bab II Kajian Pustaka

   Terdiri atas landasan teoritis dan hasil penelitian terdahulu mengenai *self-regulation* dan *communication apprehension*, kerangka berpikir, serta hipotesis.

3. Bab III Metode Penelitian

   Terdiri dari desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, variabel penelitian dan definisi operasional, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan teknik analisis data.

4. Bab IV Temuan dan Pembahasan

   Terdiri dari pemaparan data dan pembahasan data. Dalam pembahasan, data yang sudah diperoleh dianalisis berdasarkan teori yang dijadikan acuan.

5. Bab V Kesimpulan, Implikasi, dan Rekomendasi

   Berisi uraian kesimpulan dan implikasi dari penelitian ini serta mengemukakan rekomendasi penulis untuk penelitian selanjutnya atau untuk pihak-pihak yang terkait dalam penelitian ini.