

SKRIPSI

**PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP KECEMASAN
KOMUNIKASI INTERPERSONAL MAHASISWA
FAKSHI IAIN PAREPARE**



OLEH

**THALITA ZADA ALMIRA. M
NIM: 2020203870232013**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
PAREPARE**

2026 M / 1447 H

**PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP KECEMASAN
KOMUNIKASI INTERPERSONAL MAHASISWA
FAKSHI IAIN PAREPARE**



OLEH

THALITA ZADA ALMIRA. M
NIM: 2020203870232013

Skripsi Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab Dan
Dakwah Institut Agama Islam (IAIN) Parepare

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
PAREPARE

2026 M / 1447 H

PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING

Judul Skripsi : Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa FAKSHI IAIN Parepare

Nama Mahasiswa : Thalita Zada Almira. M

NIM : 2020203870232013

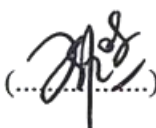
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Dasar Penetapan Pembimbing : Surat Penetapan Pembimbing Skripsi Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
No: B-1758/In.39/FUAD.03/PP.00.9/08/2023

Disetujui Oleh:

Pembimbing Utama : Dr. Sulvinajayanti, S.Kom., M.I.Kom. (.....)
NIP : 19880131 201503 2 006

Pembimbing Pendamping : Astinah, M.Psi. (.....)
NIP : 19910418 202012 2 020

Mengetahui:



Dekan
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Dr. A. Nurkidam, M.Hum.
NIP. 196412311992031045

PENGESAHAN KOMISI PENGUJI

Judul Skripsi : Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan
Komunikasi Interpersonal Mahasiswa FAKSHI IAIN
Parepare

Nama Mahasiswa : Thalita Zada Almira. M

NIM : 2020203870232013

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Dasar Penetapan Pembimbing : Surat Penetapan Pembimbing Skripsi
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
No: B-1758/ln.39/FUAD.03/PP.00.9/08/2023

Tanggal Kelulusan : 23 Januari 2026

Disahkan oleh Komisi Penguji:

Dr. Sulvinajayanti, S.Kom., M.I.Kom. (Ketua) (.....)

Astinah, M.Psi. (Sekretaris) (.....)

Mifda Hilmiyah, M.I.Kom. (Anggota) (.....)

Nining Artianasari Sulaiman, M.Sos. (Anggota) (.....)

Mengetahui:



Dekan,
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Dr. A. Nurkidam, M Hum.
NIP. 196412311992031045

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah swt. berkat dan hidayahnya kepada penulis, memberikan kemudahan dan kesempatan pada penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare dengan judul “Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa FAKSHI IAIN Parepare.” Selesainya skripsi ini berkat dukungan dari banyak pihak yang membantu penulis Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya, penulis telah menerima banyak bimbingan dan bantuan dari Dr. Sulvinajayanti, S.Kom., M.I.Kom. selaku pembimbing pertama dan Astinah, M.Psi. selaku pembimbing kedua, atas segala bantuan dan bimbingan yang telah diberikan, penulis ucapkan terima kasih. Selanjutnya, penulis juga menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Hannani, M.Ag. sebagai Rektor IAIN Parepare yang telah bekerja keras mengelola pendidikan di IAIN Parepare.
2. Dr. A. Nurkidam, M.Hum. sebagai Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah atas pengabdianya dalam menciptakan suasana pendidikan yang positif bagi mahasiswa.
3. Emilia Mustary, M.Psi. selaku ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam yang telah meluangkan waktu dan jasanya dalam mengembangkan Program Studi menjadi lebih baik.

4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah yang telah meluangkan waktu mereka dalam mendidik penulis selama studi di IAIN Parepare.
5. Bapak dan Ibu staf administrasi Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah yang telah banyak membantu penulis.
6. Kepada kepala perpustakaan IAIN Parepare beserta jajarannya yang telah memberikan pelayanan kepada penulis selama studi di IAIN Parepare.
7. Mahasiswa FAKSHI yang telah meluangkan waktu telah membantu penulis dalam pengisian kusioner.
8. Yang dirindu yakni Alm. Mustaming Takka, Bc. Ku. Meski raga tak lagi bersama, segala perjuangan ini penulis dedikasikan untuk Ayah, yang cintanya tak pernah lekang oleh waktu. Semoga pencapaian ini menjadi doa yang terus mengalir untuk Ayah di alam sana.
9. Teristimewa dan yang paling istimewa untuk ibu penulis, Herni Djura Hamzah. Satu-satunya yang penulis miliki hingga saat ini, yang setia menemani langkah penulis dalam setiap lelah dan doa. Terima kasih atas cinta, pengorbanan, dan keteguhan hati yang senantiasa menguatkan penulis untuk terus maju. Terima kasih juga karena tetap ada, meski banyak hari yang terasa berat untuk dijalani. Karya ini penulis persembahkan sebagai ungkapan terima kasih yang tak pernah cukup.
10. Kepada ketiga saudara penulis Nurqaidah Mustaming, S.Kep., Ns. Nurqomala Dewi Mustaming, A.Md.RMIK. dan Muthia Nurul Fauziah, S.E. Terima kasih banyak atas dukungan secara moril maupun material, terima kasih juga atas

segala motivasi dan dukungan yang diberikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studi sampai sarjana.

11. Terima kasih kepada sahabat seperjuangan penulis Nurul Mutmainnah FN dan Andi Mutiara M yang senantiasa menemani penulis dalam keadaan sulit dan senang, memberikan dukungan serta motivasi kepada penulis.
12. Rekan-rekan mahasiswa dari Program Studi Bimbingan Konseling Islam angkatan 2020 terima kasih atas dukungan dan kerja samanya.
13. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu memberikan pemikiran demi kelancaran dan keberhasilan penyusunan skripsi ini.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, baik moril maupun material hingga tulisan ini dapat diselesaikan. Semoga Allah SWT. berkenan menilai segala kebajikan sebagai amal *jariyah* dan memberikan rahmat dan pahala-Nya. Akhirnya penulis menyampaikan kiranya pembaca berkenan memberikan saran konstruktif demi kesempurnaan skripsi ini.

Parepare, 03 Desember 2025 M
12 Jumadil Akhir 1447 H

Penyusun,



Thalita Zada Almira. M
NIM. 2020203870232013

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Mahasiswa yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Thalita Zada Almira. M
Nim : 2020203870232013
Tempat/Tanggal Lahir : Pinrang, 10 Februari 2001
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Judul Skripsi : Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan
Komunikasi Interpersonal Mahasiswa FAKSHI
IAIN Parepare

Menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini benar merupakan hasil karya saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa ia merupakan duplikat, tiruan, plagiat, atau dibuat oleh orang lain, sebagian atau seluruhnya, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Parepare, 03 Desember 2025 M
12 Jumadil Akhir 1447 H
Penyusun,



Thalita Zada Almira. M
NIM. 2020203870232013

ABSTRAK

Thalita Zada Almira. M: *Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa FAKSHI IAIN Parepare.* (dibimbing oleh Sulvinayanti dan Astinah).

Kecemasan komunikasi interpersonal merupakan salah satu masalah yang sering dialami mahasiswa, terutama dalam konteks akademik yang menuntut kemampuan berinteraksi, berdiskusi, dan menyampaikan pendapat. Salah satu faktor yang diyakini berperan dalam munculnya kecemasan tersebut adalah tingkat kepercayaan diri. Mahasiswa dengan kepercayaan diri rendah cenderung merasa takut dinilai, gugup, dan kurang mampu mengendalikan emosi saat berkomunikasi. Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa FAKSHI IAIN Parepare.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linear sederhana. Sampel penelitian berjumlah 79 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik random sampling. Instrumen penelitian berupa skala kepercayaan diri dan skala kecemasan komunikasi interpersonal yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri berpengaruh signifikan terhadap kecemasan komunikasi interpersonal, dengan nilai signifikansi 0.000 dan koefisien regresi 0.792. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri mahasiswa, maka semakin rendah kecemasan yang mereka alami saat berkomunikasi. Kesimpulan ini sejalan dengan teori Lauster serta teori Hazaleus & Deffenbacher yang menekankan peran kepercayaan diri dalam mengelola respon emosional dan kognitif individu dalam situasi sosial. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam merancang program pengembangan diri yang membantu mahasiswa meningkatkan kepercayaan diri serta kemampuan komunikasi interpersonal mereka.

Kata Kunci : Kepercayaan Diri, Kecemasan Komunikasi Interpersonal, Mahasiswa.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN KOMISI PENGUJI.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	vii
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
TRANSLITERASI DAN SINGKATAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Tinjauan Penelitian Relevan	9
B. Tinjauan Teori.....	17
1. Teori Kepercayaan Diri	17
2. Teori Kecemasan	21
C. Kerangka Berpikir	27
D. Hipotesis.....	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	30

B. Lokasi dan Waktu Penelitian	30
C. Populasi dan Sampel	32
D. Teknik Dan Pengumpulan Data	35
E. Definisi Operasional Variabel.....	35
F. Instrumen Penelitian	36
G. Teknik Analisis Data.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
A. Hasil Penelitian	41
B. Pembahasan.....	53
BAB V PENUTUP.....	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN – LAMPIRAN.....	65
BIODATA PENULIS	83

DAFTAR TABEL

No. Tabel	Judul Tabel	Halaman
Tabel 3.1	Jumlah Mahasiswa Fakultas Syariah dan Hukum Islam Iain Parepare Angkatan 2023/2024	33
Tabel 3.2	Deskripsi Responden Berdasarkan Prodi	33
Table 3.3	Skor Skala Likert	36
Tabel 3.4	Blueprint Pengukuran Kepercayaan Diri	37
Table 3.5	Blueprint Pengukuran Kecemasan Komunikasi Interpersonal	37
Tabel 4.1	Hasil Uji Validitas Kepercayaan Diri	41
Tabel 4.2	Hasil Uji Kecemasan Komunikasi	42
Table 4.3	Hasil kuesioner penelitian	49
Table 4.4	Hasil Kuesioner penelitian	51

DAFTAR GAMBAR

No. Gambar	Judul Gambar	Halaman
Gambar 2.1	Bagan Kerangka Pikir	27
Gambar 4.3	Uji Reabilitas Kepercayaan Diri	44
Gambar 4.4	Uji Reabilitas Kecemasan Komunikasi	44
Gambar 4.5	Hasil Uji Normalitas	46
Gambar 4.6	Hasil Uji Linearitas	47
Gambar 4.8	Hasil Uji Regresi Linear Sederhana	48

DAFTAR LAMPIRAN

No. Lampiran	Judul Lampiran	Halaman
1	Daftar Kuesioner	66
2	Surat Ketetapan Pembimbing Skripsi	74
3	Surat Permohonan Izin Melakukan Penelitian	75
4	Surat Izin Penelitian Dari Dinas Penanaman Modal Pelayanan Terpadu Satu Pintu	76
5	Surat Keterangan Selesai Meneliti	77
6	Dokumentasi Penelitian	78
7	Hasil uji validitas kepercayaan diri	79
8	Hasil uji validitas kecemasan komunikasi	80
9	Form responden	81
10	Hasil Turnitin	82
11	Biodata penulis	83

TRANSLITERASI DAN SINGKATAN

A. Transliterasi

1. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lain lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda.

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya ke dalam huruf latin:

Huruf	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Tsa	Ts	te dan sa
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	h	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Dzal	Dz	de dan zet
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ya
ص	Shad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Dhad	ḍ	de (dengan titik dibawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengan titik dibawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik dibawah)
ع	‘ain	‘	koma terbalik ke atas
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El

م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
هـ	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	,	Apostrof
ي	Ya	Y	Ya

Hamzah (ء) yang di awal kata mengikuti vokalnya tanpa diberi tanda apa pun. Jika terletak di tengah atau di akhir, ditulis dengan tanda (‘).

2. Vokal

- a. Vokal tunggal (monoftong) bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
اَ	Fathah	A	A
اِ	Kasrah	I	I
اُ	Dhomma	U	U

- b. Vokal rangkap (*diftong*) bahasa Arab yang lambangnya berupa gabung antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
اَيّ	Fathah dan Ya	Ai	a dan i
اَوّ	Fathah dan Wau	Au	a dan u

Contoh :

كَيْفَ : *Kaifa*

حَوْلَ : *Haula*

3. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harkat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Harakat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
-------------------	------	-----------------	------

نا / نِي	Fathah dan Alif atau ya	Ā	a dan garis di atas
يِي	Kasrah dan Ya	Ī	i dan garis di atas
وُو	Kasrah dan Wau	Ū	u dan garis di atas

Contoh :

مات : māta

رمى : ramā

قليل : qīla

يموت : yamūtu

4. Ta Marbutah

Transliterasi untuk *ta marbutah* ada dua:

- ta marbutah* yang hidup atau mendapat harkat fathah, kasrah dan dammah, transliterasinya adalah [t].
- ta marbutah* yang mati atau mendapat harkat sukun, transliterasinya adalah [h].

Kalau pada kata yang terakhir dengan *ta marbutah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka *ta marbutah* itu ditransliterasikan dengan *ha (h)*. Contoh :

رَوْضَةُ الْجَنَّةِ : *rauḍah al-jannah* atau *rauḍatul jannah*

الْمَدِينَةُ الْفَاضِلَةُ : *al-madīnah al-fāḍilah* atau *al-madīnatul fāḍilah*

الْحِكْمَةُ : *al-hikmah*

5. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda tasydid (ّ), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda syaddah. Contoh:

رَبَّنَا : *Rabbanā*

نَجَّيْنَا : *Najjainā*

الْحَقُّ : *al-haqq*

الْحَجُّ : *al-hajj*

نُعَمَ : *nu'ma*

عَدُوٌّ : *'aduwwun*

Jika huruf ى bertasydid diakhir sebuah kata dan didahului oleh huruf kasrah (يَ), maka ia ditransliterasi seperti huruf *maddah* (i). Contoh:

عَرَبِيٌّ : 'Arabi (bukan 'Arabiyy atau 'Araby)

عَلِيٌّ : 'Ali (bukan 'Alyy atau 'Aly)

6. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf لا (*alif lam ma'arifah*). Dalam pedoman transliterasi ini, kata sandang ditransliterasi seperti biasa, *al-*, baik ketika ia diikuti oleh huruf *syamsiah* maupun huruf *qamariah*. Kata sandang tidak mengikuti bunyi huruf langsung yang mengikutinya. Kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikutinya dan dihubungkan dengan garis mendatar (-). Contoh:

الشَّمْسُ : *al-syamsu* (bukan *asy-syamsu*)

الزَّلْزَلَةُ : *al-zalzalah* (bukan *az-zalzalah*)

الْفُلْسَفَةُ : *al-falsafah*

الْبِلَادُ : *al-bilādu*

7. Hamzah

Aturan transliterasi huruf hamzah menjadi apostrof (') hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan akhir kata. Namun bila hamzah terletak diawal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab ia berupa alif. Contoh:

تَأْمُرُونَ : *Ta'murūna*

النَّوْءُ	: <i>Al-Nau'</i>
شَيْءٌ	: <i>Syai'un</i>
أَمْرٌ	: <i>Umirtu</i>

8. Kata Arab yang lazim digunakan dalam Bahasa Indonesia

Kata, istilah atau kalimat Arab yang ditransliterasi adalah kata, istilah atau kalimat yang belum dibakukan dalam bahasa Indonesia. Kata, istilah atau kalimat yang sudah lazim dan menjadi bagian dari perbendaharaan bahasa Indonesia, atau sudah sering ditulis dalam tulisan bahasa Indonesia, tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi di atas. Misalnya kata *Al-Qur'an* (dari *Qur'an*), *Sunnah*. Namun bila kata-kata tersebut menjadi bagian dari satu rangkaian teks Arab, maka mereka harus ditransliterasi secara utuh. Contoh:

Fī ṣilāl al-qur'an

Al-sunnah qabl al-tadwin

Al-ibārat bi 'umum al-lafẓ lā bi khusus al-sabab

9. Lafẓ al-Jalalah (الله)

Kata “Allah” yang didahului partikel seperti huruf jar dan huruf lainnya atau berkedudukan sebagai *mudafilaih* (frasa nominal), ditransliterasi tanpa huruf hamzah. Contoh:

دِينُ اللهِ : *Dīnullah*

بِالله : *billah*

Adapun *ta marbutah* di akhir kata yang disandarkan kepada *lafẓ al-jalālah*, ditransliterasi dengan huruf [t].

Contoh:

هُمْ فِي رَحْمَةِ اللهِ : *Hum fī rahmatillāh*

10. Huruf Kapital

Meskipun sistem tulisan Arab tidak mengenal huruf kapital, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga berdasarkan pada pedoman ejaan Bahasa Indonesia yang berlaku (EYD). Huruf kapital, misalnya, digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri (orang, tempat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat. Bila nama diri didahului oleh kata sandang (*al-*), maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya. Jika terletak pada awal kalimat, maka huruf A dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (*Al*).

Contoh:

Wa mā Muhammadun illā rasūl

Inna awwala baitin wudi‘a linnāsi lalladhī bi Bakkata mubārakan

Syahru Ramadan al-ladhī unzila fih al-Qur‘an

Nasir al-Din al-Tusī

Abū Nasr al-Farabi

Jika nama resmi seseorang menggunakan kata *Ibnu* (anak dari) dan *Abū* (bapak dari) sebagai nama kedua terakhirnya, maka kedua nama terakhir itu harus disebutkan sebagai nama akhir dalam daftar pustaka atau daftar referensi. Contoh:

Abū al-Walid Muhammad ibnu Rusyd, ditulis menjadi: Ibnu Rusyd Abū al-Walīd Muhammad (bukan: Rusyd, Abū al-Walid Muhammad Ibnu).

Naşr Ḥamīd Abū Zaid, ditulis menjadi: Abū Zaid, Naşr Ḥamīd (bukan: Zaid, Naşr Ḥamīd Abū).

11. Singkatan

- Beberapa singkatan yang dibakukan adalah:

swt. = *subḥānahū wa ta‘āla*

saw. = *ṣallallāhu ‘alaihi wa sallam*

a.s. = *‘alaihi al- sallām*

H = Hijriah

M = Masehi

SM = Sebelum Masehi

l. = Lahir tahun

w. = Wafat tahun

QS .../...: 4 = QS al-Baqarah/2:187 atau QS Ibrāhīm/ ..., ayat 4

HR = Hadis Riwayat

b. Beberapa singkatan dalam bahasa Arab:

ص = صفحة

دم = بدون

صلعم = صلى الله عليه وسلم

ط = طبعة

بن = بدون ناشر

الخ = إلى آخرها / إلى آخره

ج = جزء

c. Beberapa singkatan yang digunakan secara khusus dalam teks referensi perlu dijelaskan kepanjangannya, di antaranya sebagai berikut:

Ed : Editor (atau, eds. [dari kata editors] jika lebih dari satu orang editor). Karena dalam bahasa Indonesia kata “editor” berlaku baik untuk satu atau lebih editor, maka ia bisa saja tetap disingkat ed. (tanpa s).

- et al. : “Dan lain-lain” atau “dan kawan-kawan” (singkatan dari et alia). Ditulis dengan huruf miring. Alternatifnya, digunakan singkatan dkk. (dan kawan-kawan) yang ditulis dengan huruf biasa/tegak.
- Cet. : Cetakan. Keterangan frekuensi cetakan buku atau literatur sejenis.
- Terj. : Terjemahan (oleh). Singkatan ini juga digunakan untuk penulisan karya terjemahan yang tidak menyebutkan nama penerjemahnya.
- Vol. : Volume. Dipakai untuk menunjukkan jumlah jilid sebuah buku atau ensiklopedi dalam bahasa Inggris. Untuk buku-buku berbahasa Arab biasanya digunakan kata juz.
- No. : Nomor. Digunakan untuk menunjukkan jumlah nomor karya ilmiah berkala seperti jurnal, majalah, dan sebagainya.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kecemasan yang dialami mahasiswa saat ini menjadi isu yang semakin nyata, seiring dengan meningkatnya tuntutan akademik, tekanan sosial, serta dorongan yang berasal dari keluarga maupun lingkungan pergaulan. Penelitian yang dilakukan oleh Nisa, Permana, dan Sukmayadi menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama pada program studi Ilmu Komunikasi memiliki tingkat kecemasan komunikasi yang cukup tinggi, terutama ketika mereka harus berbicara di depan publik atau berinteraksi langsung dengan dosen. Kondisi kecemasan tersebut terbukti menghambat kemampuan mahasiswa dalam menyampaikan gagasan, menurunkan partisipasi aktif di kelas, serta melemahkan rasa percaya diri. Temuan ini menegaskan bahwa keberhasilan komunikasi interpersonal tidak hanya ditentukan oleh keterampilan berbicara, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh kesiapan mental dan keyakinan diri individu.¹

Berbagai penelitian juga mengungkapkan bahwa kepercayaan diri sangat berhubungan dengan tingkat kecemasan. Sebagai contoh, studi yang dilakukan oleh Jalal menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi lebih mampu mengatasi kecemasan ketika berbicara di depan publik.² Begitu pula hasil penelitian oleh Gesti Tri Rahmawati dkk yang menyatakan bahwa kepercayaan diri

¹Khoirun Nisa, Johar Permana, dan Vidi Sukmayadi, “Kecemasan Komunikasi Pada Mahasiswa Tahun Pertama Ilmu Komunikasi,” *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3, no. 5s (2023): 2134–46.

²Adin Suryadin dan Endah Tri Wahyuningsih, “Eksplorasi Kepercayaan Diri Dalam Kemampuan Public Speaking Mahasiswa STAI Terpadu Yogyakarta,” *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi* 2, no. 2 (2025): 86–95.

memiliki kontribusi sebesar 64,2% terhadap kemampuan komunikasi interpersonal mahasiswa.³ Temuan ini sejalan dengan teori Lauster dan Kumara yang menekankan bahwa kepercayaan diri merupakan fondasi dari kemampuan seseorang dalam menghadapi tekanan sosial, termasuk dalam konteks komunikasi.⁴

Kemampuan berkomunikasi secara efektif merupakan keterampilan penting yang harus dimiliki oleh mahasiswa sebagai generasi penerus bangsa dan kalangan intelektual muda. Berbeda dengan masa pendidikan sebelumnya, lingkungan perguruan tinggi menuntut mahasiswa untuk bersikap lebih mandiri, aktif, dan proaktif dalam memperoleh serta mengelola informasi. Tuntutan tersebut bertujuan untuk membentuk individu yang mampu berpikir mandiri dan inovatif ketika berperan di tengah masyarakat dalam mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh. Namun, dalam praktiknya, banyak mahasiswa yang masih mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dengan orang lain, baik dalam situasi akademik di kelas maupun dalam interaksi informal di luar kelas. Salah satu faktor utama yang mempengaruhi hambatan dalam komunikasi interpersonal ini adalah kecemasan, terutama ketakutan terhadap reaksi atau penilaian negatif dari lawan bicara atau penerima pesan.⁵

Kecemasan dalam berkomunikasi seringkali menghambat mahasiswa untuk mengekspresikan ide dan pendapat mereka secara efektif.⁶ Rasa takut akan penilaian

³Komang Sutawan Gestri Tri Rahmawati, Indra Yana, Dwi Ratna Sari, “Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Komunikasi Interpersonal (Studi Mahasiswa/i Yang Menjalani Kehidupan Pabbajita) Di STIAB Jinarakkhita,” 2023.

⁴M. Nur Ghufon dan Rini Risnawita S., *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012) hal, 33.

⁵Gesti Tri Rahmawati dan Others, ‘Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Komunikasi Interpersonal (Studi Mahasiswa/I Yang Menjalani Kehidupan Pabbajita) Di Stiab Jinarakkhita’, *Jurnal Pendidikan dan Konseling (Jpdk)*, 5.2 (2023).

⁶Khoirun Nisa, Johar Permana, dan Vidi Sukmayadi, ‘Kecemasan Komunikasi Pada Mahasiswa Tahun Pertama Ilmu Komunikasi’, *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3.5 (2023).

negatif dapat mengakibatkan mereka lebih memilih untuk tetap diam daripada berbicara yang pada akhirnya dapat menghambat proses belajar dan interaksi sosial mereka. Untuk mengatasi masalah ini, bagi mahasiswa untuk mengembangkan keterampilan komunikasi dan meningkatkan rasa percaya diri mereka. Salah satu cara yang efektif adalah dengan melakukan latihan komunikasi secara rutin, baik dalam bentuk diskusi kelompok, presentasi, atau berlatih berbicara di depan umum dan secara individu. Selain itu, dukungan dari dosen, keluarga dan teman-teman juga dapat membantu mahasiswa merasa lebih baik dan percaya diri dalam berkomunikasi.

Mahasiswa Fakultas Syariah dan Hukum Islam (FAKSHI) IAIN Parepare memerlukan kemampuan komunikasi interpersonal yang baik agar dapat berinteraksi secara efektif dalam lingkungan akademik. Keterampilan ini menjadi sangat penting karena bidang syariah dan hukum menuntut kemampuan dalam berargumentasi, menyampaikan pendapat, serta berkomunikasi secara logis dan meyakinkan.

Kemampuan berkomunikasi merupakan aspek penting dalam dunia hukum, sebab profesi di bidang ini seperti jaksa dan pengacara menuntut kemampuan untuk merumuskan serta menyampaikan argumentasi hukum secara rasional dan meyakinkan di hadapan pengadilan.⁷ Dalam hal ini, kepercayaan diri memainkan peran yang sangat krusial. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang baik cenderung mampu berkomunikasi dengan lebih tenang dan jelas, sementara kurangnya kepercayaan diri dapat menyebabkan kecemasan, terutama saat harus berbicara dalam situasi formal atau di depan banyak orang.

⁷ Nirwana Anas dan Sapri Sapri, "Komunikasi Antara Kognitif Dan Kemampuan Berbahasa," *EUNOIA (Jurnal Pendidikan Bahasa Indonesia)* 1, no. 1 (2022): 1, <https://doi.org/10.30821/eunoia.v1i1.997>.

Walaupun komunikasi interpersonal memiliki peran penting, masih banyak mahasiswa FAKSHI yang mengalami kecemasan saat berkomunikasi.⁸ Kecemasan ini sering muncul dalam bentuk rasa gugup, takut membuat kesalahan, khawatir terhadap penilaian orang lain, bahkan menghindari percakapan.⁹ Kondisi tersebut berdampak pada kurangnya partisipasi dalam diskusi, kesulitan saat melakukan presentasi, serta menurunnya rasa percaya diri dalam berinteraksi sosial.

Kepercayaan diri memiliki hubungan erat dengan tingkat kecemasan komunikasi interpersonal. Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi cenderung lebih berani mengekspresikan pendapat, mampu mengendalikan rasa cemas, dan lebih siap menghadapi situasi komunikasi. Di sisi lain, mahasiswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah cenderung merasa lebih ragu, kesulitan dalam berbicara, dan lebih mudah merasa cemas saat berinteraksi dengan orang lain.

Dalam perspektif Islam, pentingnya komunikasi yang baik dan telah dijelaskan di dalam AL-Quran Q.S Al-Ahzab /33:70 Salah satu ayat yang relevan adalah:

Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا ۚ

Terjemahnya:

“Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kamu kepada Allah dan ucapkanlah perkataan yang”.¹⁰

⁸Aswita Aswita, “Manajemen Kecemasan Komunikasi Mahasiswa IAIN Parepare” (IAIN Parepare, 2021).

⁹Desi Alawiyah et al., “Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa,” *Retorika : Jurnal Kajian Komunikasi dan Penyiaran Islam* 4, no. 2 SE-Articles (September 30, 2022), <https://doi.org/10.47435/retorika.v4i2.1201>.

¹⁰Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan* (Edisi Terbaru, 2019). h.615.

Dari ayat tersebut menunjukkan bahwa dalam berkomunikasi harus berkata yang jujur dan benar sesuai dengan kenyataan sehingga terhindar rasa cemas berlebihan.¹¹

Dengan mengatasi kecemasan dan meningkatkan keterampilan komunikasi, mahasiswa akan lebih siap untuk menghadapi tantangan di dunia profesional dan berperan aktif dalam masyarakat sebagai individu yang memiliki kepercayaan diri dan efektif dalam menyampaikan gagasan serta berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, komunikasi interpersonal merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia, terutama dalam konteks sosial. Melalui komunikasi interpersonal, individu dapat berbagi informasi, mengungkapkan perasaan, dan membangun hubungan dengan orang lain. Dalam berbagai situasi, baik di lingkungan pendidikan, maupun di kehidupan sehari-hari, keterampilan komunikasi interpersonal yang efektif sangat diperlukan untuk menciptakan interaksi yang positif dan produktif. Namun, tidak semua individu memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang baik, dan salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan ini adalah tingkat kepercayaan diri. Kepercayaan diri atau self-confidence merujuk pada keyakinan seseorang terhadap kemampuan dan kompetensinya dalam mencapai tujuan tertentu.¹²

Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi lebih mungkin terlibat aktif dalam berbagai kegiatan, sementara mereka yang kurang percaya diri cenderung menjadi lebih pasif dan kurang partisipatif. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan kepercayaan diri dapat menjadi salah satu solusi untuk mengoptimalkan kemampuan

¹¹Subur Wijaya, 'Al-Quran dan Komunikasi (Etika Komunikasi Dalam Perspektif Al-Quran)', *Al Burhan: Jurnal Kajian Ilmu dan Pengembangan Budaya Al-Qur'an*, 15.1 (2015).

¹²Chrisdayana Lolaria, Marsitha Puja Kesuma, dan Muhammad Erwan Syah, "Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kinerja Perwira TNI AL," *COMSERVA : Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat* 3, no. 09 (January 8, 2024): 3409–17, <https://doi.org/10.59141/comserva.v3i09.1133>.

komunikasi interpersonal di kalangan mahasiswa. Dalam pendidikan, komunikasi interpersonal yang efektif antara mahasiswa, dosen, serta sesama mahasiswa sangat penting untuk mendukung proses pembelajaran. Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang baik lebih mampu berpartisipasi aktif dalam diskusi, menyampaikan ide, serta menerima kritik atau masukan dari orang lain. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang percaya diri cenderung menghindari interaksi, yang pada akhirnya dapat menghambat prestasi akademik dan sosial mereka.

Hasil wawancara awal dengan beberapa mahasiswa FAKSHI menunjukkan bahwa kepercayaan diri memiliki peran yang signifikan dalam mengurangi kecemasan dalam komunikasi interpersonal. Banyak mahasiswa mengungkapkan merasa gugup, cemas, dan kurang percaya diri saat berkomunikasi dalam situasi formal, seperti berbicara dengan dosen atau saat presentasi di kelas. Kondisi ini membuat mereka kesulitan menyusun kata-kata, merasa blank, dan takut menyampaikan pendapat. Mahasiswa dengan kepercayaan diri rendah cenderung menghindari interaksi langsung dan merasa tidak mampu berkomunikasi secara efektif, terutama di lingkungan akademik. Namun, ada juga yang mulai membangun kepercayaan diri melalui partisipasi organisasi, kepanitiaan, dan diskusi. Mereka merasakan peningkatan kemampuan komunikasi seiring dengan meningkatnya pengalaman.

Hasil ini menunjukkan pentingnya kepercayaan diri dalam menurunkan kecemasan komunikasi interpersonal. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa FAKSHI, serta menggali faktor-faktor yang dapat meningkatkan kemampuan komunikasi mereka. Penelitian ini bertujuan untuk memahami hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan dalam komunikasi interpersonal sebagai dasar

untuk mengembangkan strategi pembelajaran yang dapat meningkatkan kesehatan mental serta keterampilan sosial mahasiswa. Diharapkan, peningkatan kepercayaan diri dapat membantu mahasiswa beradaptasi dengan berbagai tugas akademik dan sosial di lingkungan kampus, serta mempersiapkan mereka untuk menjadi pribadi yang lebih siap.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan program peningkatan kepercayaan diri dan keterampilan komunikasi di lingkungan akademik.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah kepercayaan diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan dalam komunikasi interpersonal pada mahasiswa FAKSHI?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah kepercayaan diri memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan dalam komunikasi interpersonal pada mahasiswa FAKSHI.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah:

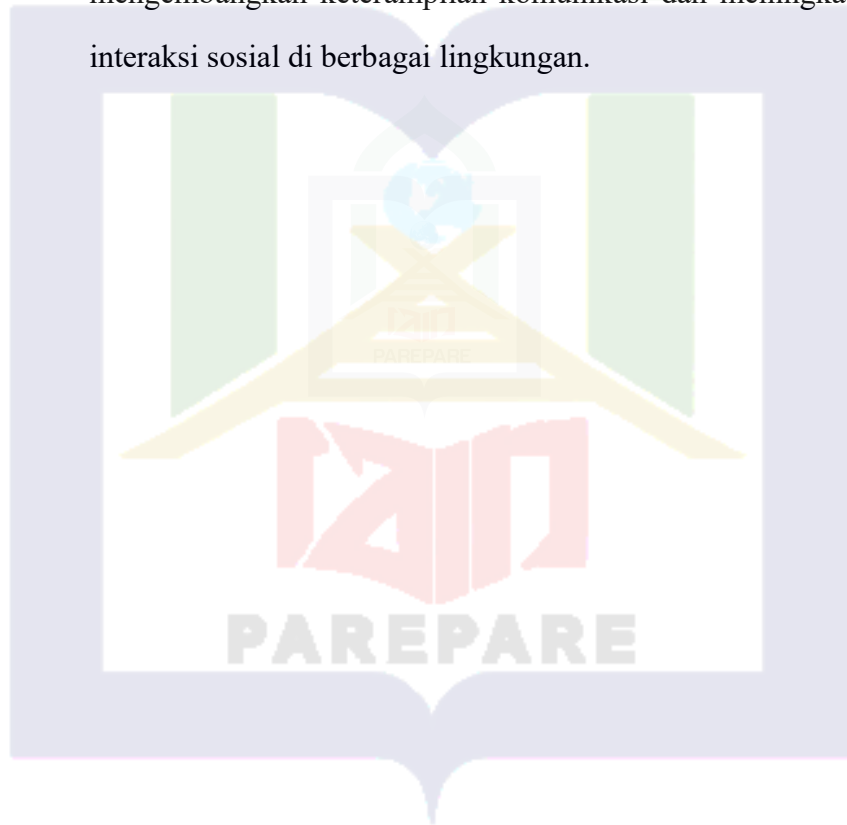
1. Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang pengaruh antara kepercayaan diri dan komunikasi interpersonal. Hasilnya akan memperkaya literatur akademik dalam bidang psikologi dan komunikasi, serta dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya untuk

lebih mengetahui mengenai faktor-faktor psikologis yang memengaruhi interaksi sosial.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi peneliti, diharapkan dapat digunakan sebagai dasar untuk merancang pelatihan dan intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri dan keterampilan komunikasi interpersonal.
- b. Bagi mahasiswa, hasil penelitian ini dapat membantu dalam mengembangkan keterampilan komunikasi dan meningkatkan kualitas interaksi sosial di berbagai lingkungan.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Penelitian Relevan

Penelitian terdahulu mengenai pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa telah menjadi fokus banyak studi. Penelitian ini biasanya menemukan bahwa mahasiswa dengan tingkat kepercayaan diri yang rendah cenderung mengalami tingkat kecemasan komunikasi yang lebih tinggi, terutama dalam konteks komunikasi interpersonal, seperti berbicara di depan umum atau berinteraksi dalam kelompok.

Penelitian yang dilakukan oleh Gesti Tri Rahmawati, Indra Yana, Dwi Ratna Sari, dan Komang Sutawan yang dipublikasikan dalam *Jurnal Pendidikan dan Konseling* Volume 5 Nomor 2 tahun 2023, dengan judul “Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Komunikasi Interpersonal (Studi Mahasiswa/i yang Menjalani Kehidupan Pabbajita di STIAB Jinarakkhita)”, bertujuan untuk menganalisis pengaruh kepercayaan diri terhadap kemampuan komunikasi interpersonal mahasiswa yang menjalani kehidupan Pabbajita di STIAB Jinarakkhita dalam konteks studi agama Buddha.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Subjek penelitian terdiri atas 30 mahasiswa yang menjalani kehidupan Pabbajita di STIAB Jinarakkhita. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh positif antara kepercayaan diri dan komunikasi interpersonal. Besarnya kontribusi kepercayaan diri terhadap komunikasi interpersonal mencapai 64,2%, sementara sisanya sebesar 35,8% dipengaruhi oleh faktor lain di luar variabel yang diteliti.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis terletak pada variabel bebas (kepercayaan diri) serta penggunaan pendekatan kuantitatif. Keduanya sama-sama berangkat dari pandangan bahwa tingkat kepercayaan diri seseorang akan memengaruhi bagaimana ia berinteraksi secara interpersonal. Selain itu, kedua penelitian juga berfokus pada populasi mahasiswa yang berada dalam konteks pendidikan tinggi. Namun, perbedaannya terletak pada variabel terikat dan konteks subjek penelitian. Penelitian Gestri Tri Rahmawati dkk menyoroti sisi positif dari komunikasi, sementara penelitian penulis menyoroti sisi negatifnya berupa kecemasan dalam berkomunikasi.

Penelitian yang dilakukan Baiq Jihannisa F.Z, Eben Ezer Nainggolan, Sayidah Aulia Ul Haque dalam *Indonesian research journal on education*, Vol. 5 No. 1 tahun 2025 dengan judul “Hubungan Antara Kepercayaan Diri dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa di Surabaya dengan Motivasi Belajar Sebagai Variabel Moderator”.¹³ *Research* ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *self confidence* dan kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa di Surabaya, serta menguji peran motivasi belajar sebagai variabel moderator. Memanfaatkan pendekatan kuantitatif pada desain analisis regresi hierarki, *research* ini melibatkan 384 mahasiswa yang ditentukan secara acak. Hasil analisis menjelaskan bahwasanya hubungan langsung antara *self confidence* dan kecemasan komunikasi interpersonal tidak signifikan ($\beta = -0,08$; $p > 0,05$). Namun, motivasi belajar terbukti memoderasi hubungan tersebut, dengan interaksi antara kepercayaan diri dengan motivasi belajar

¹³Baiq Jihannisa FZ, Eben Ezer Nainggolan, dan Sayidah Aulia Ul Haque, “Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Di Surabaya Dengan Motivasi Belajar Sebagai Variabel Moderator,” *Indonesian Research Journal on Education* 5, no. 1 (2025): 945–50, <https://doi.org/10.31004/irje.v5i1.2007>.

menunjukkan pengaruh signifikan terhadap kecemasan komunikasi interpersonal ($\beta = -0,23$; $p < 0,05$).

Penelitian ini dengan penelitian penulis terletak pada fokus variabel utama, yaitu kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi interpersonal. Keduanya sama-sama menyoroiti keterkaitan antara keyakinan diri seseorang dengan tingkat kecemasan dalam berkomunikasi dengan orang lain. Adapun perbedaan utamanya terletak pada model hubungan antarvariabel dan konteks penelitian. Penelitian Baiq Jihannisa F.Z dkk menggunakan motivasi belajar sebagai variabel moderator, sehingga meneliti pengaruh tidak langsung kepercayaan diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal melalui interaksi dengan motivasi belajar. Sementara penelitian penulis hanya meneliti pengaruh langsung antara kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi interpersonal tanpa variabel moderator.

Penelitian yang dilakukan oleh Cicilia Widiyati dan Anastasia Setyandari yang dipublikasikan dalam *Solution: Journal of Counseling and Personal Development* Volume 5 Nomor 2 tahun 2023 dengan judul “Hubungan Konsep Diri dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta” menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat konsep diri pada kategori sedang hingga tinggi, dengan rincian sebanyak 6 mahasiswa (9,4%) berada pada kategori konsep diri sangat tinggi, 28 mahasiswa (43,8%) pada kategori tinggi, dan 30 mahasiswa (46,9%) pada kategori sedang. Sementara itu, tingkat kecemasan komunikasi interpersonal mayoritas berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 44 mahasiswa (68,8%), diikuti kategori tinggi sebanyak 16 mahasiswa (25%), kategori rendah sebanyak 3 mahasiswa (4,7%), dan

kategori sangat tinggi sebanyak 1 mahasiswa (1,6%). Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji korelasi Spearman's rho, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = 0,579$ dengan tingkat signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara konsep diri dan kecemasan komunikasi interpersonal. Namun demikian, temuan ini tidak sejalan dengan hipotesis yang telah dirumuskan, sehingga dibahas lebih lanjut dalam bagian keterbatasan penelitian.

Persamaan kedua artikel penelitian yaitu keduanya menggunakan metode kuantitatif dan meneliti faktor psikologis yang memengaruhi kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa. Perbedaannya terletak pada variabel yang dikaji. Skripsi ini meneliti pengaruh kepercayaan diri, sedangkan penelitian Widiyati dan Setyandari meneliti hubungan konsep diri dengan kecemasan komunikasi interpersonal. Perbedaannya terletak pada variabel bebas yang digunakan dan arah hubungan yang diteliti. Selain itu, penelitian Cicilia dilakukan pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, sedangkan penelitian penulis dilakukan pada mahasiswa FAKSHI IAIN Parepare yang memiliki latar belakang keagamaan dan lingkungan akademik berbeda.

Penelitian yang dilakukan oleh Asti Puspitasari dan Gaspersz yang dipublikasikan dalam INNER: Journal of Psychological Research Volume 2 Nomor 1 tahun 2022 dengan judul “Konsep Diri dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa” bertujuan untuk menganalisis hubungan antara konsep diri dan kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 150 mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Pattimura Ambon yang dipilih menggunakan teknik insidental. Pengumpulan data dilakukan melalui penggunaan skala konsep diri dan skala kecemasan komunikasi interpersonal yang

disusun oleh peneliti. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji korelasi Spearman's rho, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = 0,354$ dengan tingkat signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,001$), yang menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara konsep diri dan kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa. Namun, hasil penelitian tersebut tidak sejalan dengan hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya.

Penelitian memiliki kesamaan dengan penelitian ini karena sama-sama membahas kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa sebagai variabel yang diteliti. Selain itu, keduanya menggunakan pendekatan kuantitatif dan bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aspek psikologis individu dengan kecemasan dalam berkomunikasi secara interpersonal. Perbedaannya terletak pada fokus variabel independen; penelitian Puspitasari dan Gaspersz menggunakan konsep diri, sedangkan penelitian ini menggunakan kepercayaan diri. Selain itu, teknik analisis yang digunakan dalam penelitian mereka adalah Korelasi Spearman's Rho, sedangkan penelitian ini cenderung menggunakan uji regresi atau korelasi Pearson. Hasil penelitian Puspitasari dan Gaspersz menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dan kecemasan dalam komunikasi interpersonal, yang bertentangan dengan hipotesis awal mereka. Sementara itu, penelitian ini fokus pada pengaruh kepercayaan diri terhadap tingkat kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa, tanpa melibatkan konsep diri sebagai variabel.

Penelitian yang dilakukan oleh Indah Citra Wati dan Fahyuni Baharuddin yang dipublikasikan dalam Jurnal Psikologi Humanistik'45 Volume 10 Nomor 1 tahun 2023 dengan judul "Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa di Universitas 45 Surabaya" bertujuan untuk mengkaji

hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Universitas 45 Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Pengumpulan data dilakukan melalui instrumen berupa skala atau kuesioner. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa skala kepercayaan diri memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,899, sementara skala kecemasan saat berbicara di depan umum memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,914. Berdasarkan hasil analisis korelasi, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,056$ dengan nilai r tabel pada taraf signifikansi 5% sebesar 0,138 dan pada taraf signifikansi 1% sebesar 0,181, sehingga hipotesis penelitian dinyatakan diterima.

Peneliti ini memiliki kesamaan, yaitu sama-sama membahas hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan pada mahasiswa dengan metode korelasional dan menggunakan kuesioner sebagai alat ukur. Bedanya, penelitian ini fokus pada kecemasan berbicara di depan umum, sedangkan penulis meneliti kecemasan dalam komunikasi interpersonal. Selain itu, hasil penelitian ini menunjukkan hubungan yang sangat lemah, sementara penelitian penulis diharapkan menunjukkan pengaruh yang lebih kuat dan signifikan.

Penelitian oleh Desi Alawiyah dalam *Retorika : Jurnal Kajian Komunikasi Dan Penyiaran Islam*, Vol. 4 No. 2 tahun 2022 dengan judul “Upaya meningkatkan kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa”.¹⁴ Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi serta menganalisis bagaimana tingkat kepercayaan diri ketika berbicara di depan umum, hal-hal yang kadang mempengaruhi kepercayaan diri, faktor yang menghambat serta upaya dalam

¹⁴Desi Alawiyah et al., “Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa,” *Retorika : Jurnal Kajian Komunikasi dan Penyiaran Islam* 4, no. 2 SE-Articles (September 30, 2022), <https://doi.org/10.47435/retorika.v4i2.1201>.

meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa dalam kemampuan berbicara di depan umum. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan lembar pertanyaan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa pada dasarnya memiliki tingkat percaya diri yang baik, permasalahan yang sering menurunkan kepercayaan diri seperti kurangnya persiapan, rasa takut, dan tidak menguasai topik yang akan disampaikan.

Penelitian Desi Alawiyah memiliki kesamaan dengan penelitian penulis dalam hal fokus pada kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi pada mahasiswa, khususnya saat berbicara di depan umum. Namun, perbedaannya terletak pada pendekatan dan tujuan penelitian. Desi menerapkan metode deskriptif kualitatif untuk menggali faktor-faktor yang mempengaruhi serta upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri, sementara penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menganalisis pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan dalam komunikasi interpersonal secara keseluruhan.

Penelitian yang dilakukan oleh Tiara Putri Prastiwi yang dipublikasikan dalam Jurnal Studi Administrasi Publik dan Ilmu Komunikasi Volume 1 Nomor 3 tahun 2024 dengan judul “Kepercayaan Diri dan Kecemasan Komunikasi Interaktif pada Siswi yang Tinggal di Asrama” bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kepercayaan diri (self-confidence) dan kecemasan komunikasi interaktif pada siswi yang tinggal di asrama. Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi interaktif, dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = -0,608$ dan tingkat signifikansi sebesar $0,000$ ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri siswi, maka semakin rendah tingkat kecemasan komunikasi interaktif yang dialaminya. Selain itu,

analisis deskriptif mengungkapkan bahwa sebagian besar siswi yang tinggal di asrama memiliki tingkat kepercayaan diri pada kategori sedang, sementara sebagian besar juga menunjukkan tingkat kecemasan komunikasi interpersonal yang termasuk dalam kategori rendah.

Penelitian ini sama-sama membahas hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi interpersonal, meskipun dengan istilah “komunikasi interaktif” dan subjek berbeda, yaitu siswi yang tinggal di asrama. Keduanya menggunakan pendekatan kuantitatif dan menghasilkan bahwa kepercayaan diri berbanding terbalik dengan tingkat kecemasan komunikasi. Perbedaannya, penelitian Tiara lebih spesifik pada konteks kehidupan di asrama, sedangkan penelitian penulis berfokus pada mahasiswa FAKSHI IAIN Parepare secara umum.

Penelitian ini memiliki kesamaan pada metode yang digunakan, yaitu sama-sama menggunakan metode kuantitatif. Perbedaannya terletak pada fokus pembahasan, di mana penelitian-penelitian sebelumnya membahas kepercayaan diri terhadap komunikasi interpersonal secara umum atau pada konteks tertentu seperti mahasiswa/I yang menjalani kehidupan Pabbajita maupun siswi di asrama. Sedangkan penelitian ini secara khusus meneliti pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa FAKSHI IAIN Parepare, sehingga memberikan kontribusi baru dalam konteks akademik dan budaya lokal.

B. Tinjauan Teori

1. Teori Kepercayaan Diri

a. Definisi Kepercayaan Diri

Kecemasan dalam psikologi sosial kepercayaan diri didefinisikan sebagai evaluasi seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan, atau mengatasi hambatan.¹⁵ Menurut Lauster, mendefinisikan kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup.¹⁶ Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Menurut Lauster menambahkan bahwa kepercayaan diri berhubungan dengan kemampuan melakukan sesuatu yang baik.¹⁷ Anggapan seperti ini membuat individu tidak pernah menjadi orang yang mempunyai kepercayaan diri yang sejati. Bagaimana pun kemampuan manusia terbatas pada sejumlah hal yang dapat dilakukan dengan baik dan sejumlah kemampuan yang dikuasai.

Menurut Anthony berpendapat bahwa kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan.¹⁸ Sedangkan Kumara menyatakan

¹⁵ Robert A Baron dan Donn Byrne, "Psikologi Sosial Jilid 2 Edisi 10," Jakarta: Erlangga, 2005.

¹⁶M. Nur Ghufon dan Rini S Risnawati, *Teori-Teori Psikologi* (Jogjakarta: AR-RUZZMEDIA, 2012) hal 34.

¹⁷M. Nur Ghufon dan Rini S Risnawati, *Teori-Teori Psikologi* (Jogjakarta: AR-RUZZMEDIA, 2012) hal 34.

¹⁸Syifa Hamama dan Rose Kusumaning Ratri, "Strategi Meningkatkan Rasa Percaya Diri Bagi Pemula: Kunci Sukses Berkomunikasi," *Jurnal Selasar KPI: Referensi Media Komunikasi dan Dakwah* 1, no. 1 (2021): 106–15, <https://doi.org/10.33507/selasar.v1i1.1886>.

bahwa kepercayaan diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri.¹⁹

Lauster menyatakan bahwa kepercayaan diri berkembang melalui pengalaman hidup dan terkait dengan keyakinan seseorang untuk melaksanakan tugas dengan baik, meskipun kemampuan manusia memiliki batasan. Anthony menambahkan bahwa kepercayaan diri juga sikap menerima kenyataan, kesadaran diri, berpikir positif, kemandirian, dan kemampuan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Sementara itu, Kumara, lauster Afiatin, dan Adayani sepakat bahwa kepercayaan diri mengandung keyakinan terhadap kemampuan, kekuatan, dan keterampilan yang dimiliki oleh individu. Kepercayaan diri memungkinkan seseorang untuk bertindak sesuai dengan kehendaknya, tanpa terlalu dipengaruhi oleh orang lain, serta membawa sikap positif dan tanggung jawab.

b. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Menurut Lauster bahwa kepercayaan diri yang sangat berlebihan, bukanlah sikap yang positif.²⁰ Pada umumnya akan menjadikan orang tersebut kurang berhati-hati dan akan berbuat seenaknya sendiri. Hal ini menjadi sebuah tingkah laku yang menyebabkan konflik dengan orang lain. Menurut Lauster, orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif adalah yang disebutkan dibawah ini.

¹⁹ Nur Suci Yudistiara, Tri Suyati, dan Argo Widiarto, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X SMA Institut Indonesia Kota Semarang," *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi* 4, no. 2 (2024): 127–37.

²⁰ Alafair Purtian Ramadani, Mohamad Syarif Sumantri, dan Linda Zakiah, "Hubungan Antara Rasa Percaya Diri Terhadap Sikap Kemandirian Belajar Siswa Kelas V Sekolah Dasar.," *Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang* 9, no. 2 (July 2023): 4478–85. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v9i2.1056>.

1) Keyakinan Kemampuan Diri

Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya. Dia mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang akan dilakukannya.

2) Optimis

Optimis adalah sikap yang dimiliki oleh seseorang yang selalu memandang baik terhadap sesuatu dalam menghadapi segala hal tentang diri sendiri dan mempercayai kemampuannya.²¹

3) Objektif

Objektif yaitu orang yang memandang suatu permasalahan atau sesuatu yang sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut diri mereka sendiri.

4) Bertanggung Jawab

Bertanggung jawab adalah kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya dari tindakan yang telah mereka ambil.

5) Rasional dan Realistis

Rasional dan realistis adalah analisis terhadap suatu masalah, peristiwa, atau kondisi dengan menggunakan pemikiran yang logis, dapat diterima oleh akal, serta sesuai dengan kenyataan yang ada.²²

²¹Starry Kireida Kusnadi et al., “Pelatihan Public Speaking Sebagai Upaya Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Remaja Komunitas Kappas Surabaya Surabaya.,” *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)* 4 (November 20, 2021): 1093–98, <https://doi.org/10.37695/pkmcscr.v4i0.1303>.

²²Abdi Hasmar Putra, Arsil Arsil, dan Haripah Lawanis, “Tingkat Kepercayaan Diri Dan Mental Siswa SMA Negeri 1 Situjuah Limo Nagari Dalam Mengikuti Kejuaraan Futsal,” *Jurnal JPDO* 8, no. 3 (2025): 570–80, <https://doi.org/10.24036/JPDO.8.1.2025.67>.

c. Faktor-Faktor Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri Adalah sebagai berikut.

1) Konsep Diri

Menurut Anthony, kepercayaan diri seseorang mulai terbentuk melalui perkembangan konsep diri yang diperoleh dari interaksi dalam kelompok. Proses interaksi ini akan membentuk konsep diri individu.

2) Harga Diri

Konsep diri yang positif berperan dalam pembentukan harga diri yang baik. Harga diri merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri. Santoso menyatakan bahwa tingkat harga diri seseorang memengaruhi tingkat kepercayaan diri individu tersebut.

3) Pengalaman

Pengalaman adalah faktor penting dalam pembentukan kepercayaan diri. Pengalaman positif dapat meningkatkan kepercayaan diri, sedangkan pengalaman negatif berpotensi menurunkan tingkat kepercayaan diri. Anthony menyebutkan bahwa pengalaman masa lalu memainkan peran krusial dalam pembentukan kepribadian yang sehat.

4) Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dan berada dibawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai darinya. Sebaliknya, orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan

memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah.

2. Teori Kecemasan

a. Definisi Kecemasan

Kecemasan dalam psikologi didefinisikan sebagai kondisi emosi yang tidak menyenangkan/buram dan tidak menyenangkan disertai ciri-ciri takut terhadap suatu hal, rasa gentar, tertekan, dan tidak nyaman.²³ Menurut Nietzal bahwa kecemasan berasal dari bahasa Latin (*anxius*) dan dari bahasa Jerman (*angst*), yaitu suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif dan rangsangan fisiologi yang menyertainya.²⁴ Muchlas mendefinisikan istilah kecemasan sebagai suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental, kesulitan dan tekanan yang muncul menyertai konflik atau ancaman. Sementara itu, Lazarus membedakan perasaan cemas berdasarkan penyebabnya menjadi dua jenis.²⁵

1. *State anxiety*

State anxiety adalah reaksi emosi sementara yang timbul pada situasi tertentu yang dirasakan kepada seseorang sebagai ancaman, misalnya mengikuti tes, menjalani operasi, atau lainnya. Keadaan ini ditentukan oleh perasaan tegang yang subjektif.

2. *Trait anxiety*

Trait anxiety merupakan kecenderungan atau disposisi individu untuk merasa cemas dalam menghadapi berbagai situasi, yang mencerminkan aspek

²³Sobur Alex, *Kamus Psikologi* (Bandung: Cv. Pustaka Setia, 2016).

²⁴M. Nur Ghufro dan Rini S Risnawati, *Teori-Teori Psikologi* (Jogjakarta: AR-RUZZMEDIA, 2012) hal 34.

²⁵Agus Poerwanto, "Pengaruh Terapi Storytelling Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Problem Focused Coping Mahasiswa Yang Sedang Skripsi," *Helper : Jurnal Bimbingan dan Konseling* 34, no. 2 (September 25, 2017): 61–71, <https://doi.org/10.36456/helper.vol34.no2.a945>.

kepribadian. Kondisi ini bersifat relatif stabil dan menetap, sehingga memengaruhi cara individu memersepsikan serta menginterpretasikan suatu keadaan. Dengan demikian, *trait anxiety* berkaitan dengan karakteristik bawaan yang melekat pada kepribadian seseorang.

b. Aspek-Aspek Kecemasan

Menurut Deffenbacher dan Hazaleus dalam Register mengemukakan bahwa sumber penyebab kecemasan,²⁶ meliputi beberapa hal di bawah ini.

1. Kekhawatiran (*worry*), yaitu munculnya pikiran negatif tentang diri sendiri, seperti perasaan negatif bahwa ia lebih buruk dibandingkan dengan teman-temannya.
2. Emosionalitas (*emosionalitas*), yaitu reaksi diri terhadap rangsangan sistem saraf otonomi, seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin, dan ketegangan.
3. Gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (*task generated interference*), yaitu merupakan kecenderungan yang dialami oleh seseorang yang selalu tertekan karena pemikiran yang tidak rasional terhadap tugas yang sedang dihadapi.

Menurut Spielberger, Liebert, dan Morris dalam (Ellio); Jeslid dalam Hunsley; Mandler dan Sarason dalam Hockey; Gonzales, Tayler, dan Anton dalam Friedman telah mengadakan percobaan konseptual untuk mengukur kecemasan yang dialami individu dan kecemasan tersebut didefinisikan sebagai konsep yang terdiri dari dua

²⁶M. Nur Ghufro dan Rini S Risnawati, *Teori-Teori Psikologi* (Jogjakarta: AR-RUZZMEDIA, 2012) hal 34.

dimensi utama, yaitu kekhawatiran dan emosionalitas.²⁷ Dimensi emosi mengacu pada respons fisiologis dan aktivasi sistem saraf otonom yang muncul sebagai reaksi individu terhadap situasi atau objek tertentu. Respons tersebut umumnya berupa perasaan tidak nyaman dan reaksi emosional terhadap ancaman atau kondisi yang dianggap negatif, baik yang sedang dialami maupun yang dipersepsikan akan terjadi. Manifestasi dari respons ini dapat berupa peningkatan ketegangan, denyut jantung yang lebih cepat, keluarnya keringat berlebih, serta tremor atau gemetar pada tubuh saat individu menghadapi suatu aktivitas atau tuntutan tertentu.

Kekhawatiran merupakan aspek kognitif dari kecemasan yang ditandai oleh munculnya pikiran negatif terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitar. Kondisi ini disertai dengan evaluasi negatif terhadap kemungkinan kegagalan serta konsekuensi yang dapat ditimbulkannya, seperti menurunnya harapan untuk mencapai hasil yang diinginkan, kecenderungan untuk bersikap terlalu kritis terhadap diri sendiri, sikap pasrah terhadap situasi, serta munculnya kekhawatiran berlebihan terhadap berbagai kemungkinan yang mungkin terjadi.

Shah membagi kecemasan menjadi tiga komponen.

1. Komponen fisik, gejala seperti pusing, sakit perut, tangan berkeringat, mual, mulut kering, rasa grogi, dan keluhan fisik lainnya.
2. Komponen emosional, ditandai dengan perasaan seperti panik dan takut.

²⁷M. Nur Ghufro dan Rini S Risnawati, *Teori-Teori Psikologi* (Jogjakarta: AR-RUZZMEDIA, 2012) hal 34.

3. Mental atau kognitif, seperti gangguan perhatian dan memori, munculnya kekhawatiran yang berlebihan, ketidakteraturan dalam berpikir, dan perasaan bingung.²⁸

c. Dinamika Kecemasan

Individu yang mengalami kecemasan dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah pengalaman negatif dari perilaku yang pernah dilakukan sebelumnya, seperti munculnya kekhawatiran terhadap kemungkinan adanya terjadi kegagalan..²⁹ Merasa frustrasi dalam situasi tertentu dan ketidakpastian melakukan sesuatu. Dinamika kecemasan, ditinjau dari teori psikoanalisis dapat disebabkan oleh adanya tekanan buruk perilaku masa lalu serta adanya gangguan mental.³⁰ Ditinjau dari teori kognitif, kecemasan terjadi karena adanya evaluasi diri yang negatif.³¹ Berdasarkan pandangan teori humanistik, maka kecemasan merupakan kekhawatiran tentang masa depan, yaitu khawatir pada apa yang akan dilakukan.³²

²⁸Alvin Nur Muhammad Azyz, M. Qomarul Huda, dan Luthfi Atmasari, "School Well-Being Dan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa.," *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science* 3, no. 1 (September 9, 2022): 18–35, <https://doi.org/10.30762/happiness.v3i1.350>.

²⁹Felisca Novitria dan Riza Noviana Khoirunnisa, "Perbedaan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Baru Jurusan Psikologi Ditinjau Dari Jenis Kelamin," *Character Jurnal Penelitian Psikologi* 9, no. 1 (2022): 11–20, <https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i1.44550>.

³⁰Lidia Oktamarin et al., "Gangguan Kecemasan (Axiety Disorder) Pada Anak Usia Dini," *Jurnal Multidisipliner Bharasumba* 1, no. 02 (April 30, 2022): 119–34, <https://doi.org/10.62668/bharasumba.v1i02.192>.

³¹Lucia Voni Pebriani dan Puspita Adhi Kusuma W, "Korelasi Antara Self-Compassion Dengan Kecemasan Sosial Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di Kota Bandung," *Journal Of Psychological Science and Profession* 5, No. 1 (April 30, 2021): 57–65, <https://doi.org/10.24198/Jpsp.V5i1.31931>.

³²Mawaddah Warohmah, "Pengaruh Persepsi Atas Pendekatan Humanistik Dan Kecemasan Belajar Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Statistika," *Science : Jurnal Inovasi Pendidikan Matematika dan Ipa* 3, No. 3 (September 29, 2023): 194–201, <https://doi.org/10.51878/Science.V3i3.2466>.

d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan

Menurut Adler dan Rodman menyatakan faktor yang menyebabkan adanya kecemasan, yaitu pengalaman yang negatif pada masa lalu dan pikiran yang tidak rasional.

1. Pengalaman negatif pada masa lalu

Pengalaman tersebut merupakan peristiwa tidak menyenangkan yang dialami individu di masa lalu dan berpotensi terulang di masa mendatang ketika individu kembali menghadapi situasi atau kondisi yang serupa dan tidak menyenangkan, seperti pengalaman gagal dalam menghadapi tes. Pengalaman semacam ini merupakan hal yang umum dan dapat memicu munculnya kecemasan pada siswa ketika menghadapi ujian atau tes berikutnya.

2. Pikiran yang tidak rasional

Para psikolog memperdebatkan bahwa kecemasan terjadi bukan karena suatu kejadian, melainkan kepercayaan atau keyakinan tentang kejadian itulah yang menjadi penyebab kecemasan.

Menurut Ellis dalam Adler dan Rodman memberi daftar kepercayaan atau keyakinan kecemasan sebagai contoh dari pikiran tidak rasional yang disebut buah pikiran yang keliru, yaitu kegagalan katastrofik, kesempurnaan, persetujuan, dan generalisasi yang tidak tepat.³³

1. Kegagalan katastrofik

³³M. Nur Ghufro dan Rini S Risnawati, *Teori-Teori Psikologi* (Jogjakarta: AR-RUZZMEDIA, 2012) hal 34.

Kegagalan katastropik, yaitu adanya asumsi dari diri individu bahwa akan terjadi sesuatu yang buruk pada dirinya. Individu mengalami kecemasan dan perasaan-perasaan ketidakmampuan serta tidak sanggup mengatasi permasalahannya.³⁴

2. Kesempurnaan

Setiap individu menginginkan kesempurnaan. Individu ini mengharapkan dirinya berperilaku sempurna dan tidak ada cacat. Ukuran kesempurnaan dijadikan target dan sumber inspirasi bagi individu tersebut.

3. Persetujuan

Persetujuan adanya keyakinan yang salah didasarkan pada ide bahwa terdapat hal virtual yang tidak hanya diinginkan, tetapi juga untuk mencapai persetujuan dari sesama teman atau siswa.

4. Generalisasi yang tidak tepat

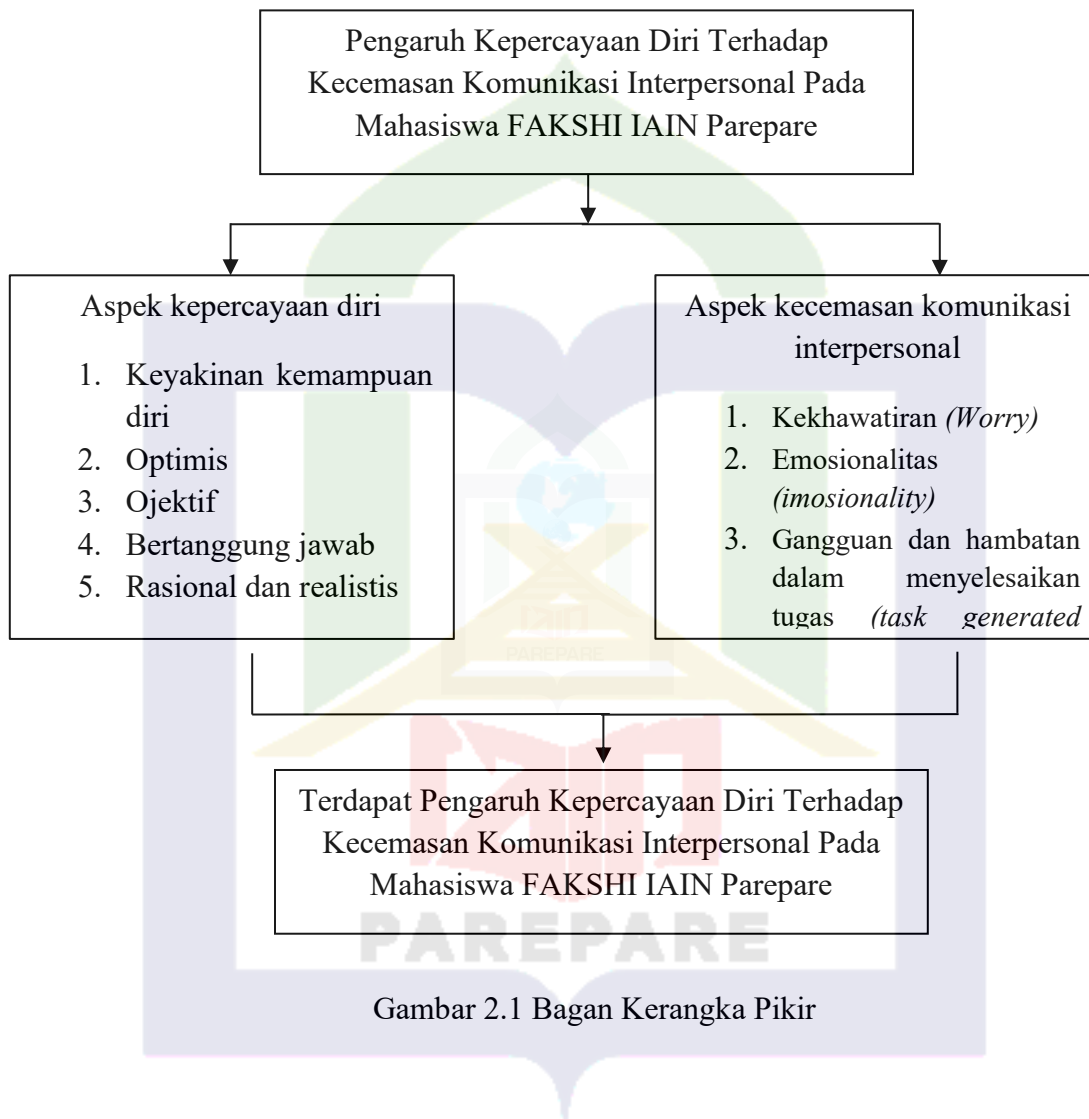
Kondisi tersebut dikenal sebagai bentuk generalisasi yang berlebihan, yaitu kecenderungan individu untuk menarik kesimpulan secara luas berdasarkan pengalaman yang terbatas. Hal ini umumnya terjadi pada individu yang memiliki pengalaman yang minim.

Secara umum, faktor-faktor yang memengaruhi munculnya kecemasan dapat diklasifikasikan menjadi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal mencakup tingkat religiusitas yang rendah, sikap pesimis, ketakutan akan kegagalan, pengalaman

³⁴Bawon Wiji Dian Prasasti dan Sugiarti Sugiarti, "Kajian Kecemasan Neurotik Pada Novel *Lengking Burung Kasuari* Karya Nunuk Y. Kusmiana," *Lingua Franca: Jurnal Bahasa, Sastra, dan Pengajarannya* 4, no. 1 (2020): 62–77, <https://doi.org/10.30651/lf.v4i1.2379>.

negatif di masa lalu, serta adanya pola pikir yang tidak rasional..³⁵ Sementara faktor eksternal seperti kurangnya dukungan sosial.

C. Kerangka Berpikir



Gambar 2.1 Bagan Kerangka Pikir

³⁵Farikha Istiqomah dan Abdul Amin, "Konsep Diri Dan Kecemasan Remaja Putus Sekolah.," *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan* 7, no. 2 (January 17, 2021): 104–21, <https://doi.org/10.35891/jip.v7i2.2419>.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan kausal antara **kepercayaan diri (x)** dan **kecemasan komunikasi interpersonal (y)** pada populasi mahasiswa Fakultas Syariah dan Hukum Islam (FAKSHI) IAIN Parepare.

Secara konseptual, kepercayaan diri (x) didefinisikan berdasarkan kerangka Lauster, yang menekankan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya. Konstruk ini diukur melalui lima dimensi: keyakinan kemampuan diri, optimisme, objektivitas, tanggung jawab, serta rasionalitas dan realisme. Tingkat kepercayaan diri yang tinggi diasumsikan berkorelasi positif dengan regulasi emosi yang efektif, kognisi positif, dan keberanian berekspresi tanpa dihambat oleh *fear of negative evaluation*. Sementara itu, kecemasan komunikasi interpersonal (y) mengacu pada rasa takut atau ketidaknyamanan yang dialami saat berinteraksi langsung. Konstruk ini, mengikuti teori Deffenbacher dan Hazaleus, dioperasionisasikan melalui tiga aspek utama: kekhawatiran (*worry*), emosionalitas (*emotionality*), dan gangguan penyelesaian tugas (*task generated interference*). Hal-hal yang ada pada mahasiswa meliputi peningkatan ketegangan, penurunan fokus, dan penghindaran sosial.

Kerangka penelitian ini mengasumsikan adanya pengaruh negatif antara variabel terhadap. Secara hipotesis, peningkatan level kepercayaan diri (X) akan secara signifikan mereduksi intensitas kecemasan komunikasi interpersonal (Y). Mahasiswa dengan kepercayaan diri yang kuat cenderung lebih mampu mengelola stres sosial dan menunjukkan perilaku komunikasi yang tenang dan kompeten. Sebaliknya, rendahnya kepercayaan diri diyakini menjadi prediksi kuat bagi peningkatan kecemasan, kekhawatiran berlebih akan penilaian, dan hambatan dalam ekspresi diri. Dengan demikian, hipotesis penelitian ini adalah bahwa semakin tinggi kepercayaan diri mahasiswa FAKSHI IAIN Parepare, maka semakin rendah tingkat kecemasan

komunikasi interpersonal yang dialaminya. Hal ini menegaskan relevansi penguatan aspek-aspek kepercayaan diri sebagai strategi intervensi untuk menurunkan kecemasan komunikasi dalam konteks akademik dan sosial.

D. Hipotesis

Hipotesis merupakan dugaan sementara terhadap suatu masalah. Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap masalah penelitian yang secara teoritis dianggap paling mungkin atau paling tinggi tingkat kebenarannya.³⁶ Untuk menguji ada atau tidaknya hubungan antara variabel x (kepercayaan diri) dengan variabel y (kecemasan komunikasi interpersonal), maka penulis mengajukan hipotesis sebagai berikut:

- H_0 : Tidak ada pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa FAKSHI IAIN Parepare
- H_1 : Terdapat pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa FAKSHI IAIN Parepare

Untuk menguji kebenaran asumsi yang telah dibangun dalam kerangka teoritis, guna mengetahui sejauh mana kepercayaan diri benar-benar berpengaruh terhadap tingkat kecemasan dalam komunikasi interpersonal pada mahasiswa Fakultas Syariah dan Ilmu Hukum Islam (FAKSHI).

³⁶Jim Hoy Yam dan Ruhayat Taufik, "Hipotesis Penelitian Kuantitatif," *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi* 3, no. 2 (August 1, 2021): 96–102, <https://doi.org/10.33592/perspektif.v3i2.1540>.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang menggunakan data numerik atau angka untuk menganalisis fenomena yang diteliti secara objektif.³⁷ Penelitian kuantitatif digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan teknik pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, serta bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional.³⁸ Penelitian korelasional dalam studi ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel kepercayaan diri sebagai variabel independen dan kecemasan komunikasi interpersonal sebagai variabel dependen, tanpa memberikan perlakuan tertentu terhadap variabel yang diteliti, melainkan hanya melihat derajat hubungan yang terjadi antara kedua variabel tersebut.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

A. Lokasi Penelitian

Lokasi dari penelitian ini yaitu Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare yang merupakan lokasi dari sasaran penelitian yaitu mahasiswa Fakultas Syariah dan Ilmu Hukum Islam. Pemilihan mahasiswa Hukum sebagai subjek berdasarkan

³⁷Rusydi A Siroj et al., “Metode Penelitian Kuantitatif Pendekatan Ilmiah Untuk Analisis Data,” *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)* 7, no. 3 (2024): 11279–89, <https://doi.org/10.31004/jrpp.v7i3.32467>.

³⁸Zihnif Afif et al., “Penelitian Ilmiah (Kuantitatif) Beserta Paradigma, Pendekatan, Asumsi Dasar, Karakteristik, Metode Analisis Data Dan Outputnya,” *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research* 3, no. 3 (2023): 682–693.

relevansi mereka dalam mengembangkan kepercayaan diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal, mengingat peran komunikasi yang krusial dalam bidang hukum dan interaksi profesional mereka.

B. Waktu Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang dilaksanakan dalam jangka waktu 1 (satu) bulan, terhitung sejak bulan oktober hingga bulan november. Selama masa tersebut tersebut, penelitian dilakukan secara terstruktur dan sistematis sesuai dengan tahapan penelitian kuantitatif. Tahap awal penelitian dimulai dengan persiapan penelitian, yang meliputi penyusunan instrumen penelitian, penentuan variabel penelitian, penentuan populasi dan sampel, serta pengumpulan referensi yang relevan dengan topik penelitian. Pada tahap ini, peneliti juga melakukan uji kelayakan instrumen untuk memastikan data yang diperoleh bersifat valid dan reliabel. Selanjutnya, peneliti melaksanakan tahap pengumpulan data dengan menggunakan metode yang sesuai dengan pendekatan kuantitatif, seperti penyebaran kuesioner kepada responden dengan cara online dan mendatangi fakultas fakshi yang telah ditentukan. Data yang terkumpul kemudian diklasifikasikan dan diinput ke dalam perangkat lunak pengolahan data untuk selanjutnya dianalisis.

Tahap berikutnya adalah pengolahan dan analisis data, yang dilakukan menggunakan teknik analisis statistik sesuai dengan tujuan penelitian, seperti analisis deskriptif dan analisis inferensial. Hasil analisis data tersebut digunakan untuk menguji hipotesis penelitian serta menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan sebelumnya. Tahap akhir dari penelitian ini adalah penyusunan hasil penelitian, yang mencakup pembahasan hasil analisis, penarikan kesimpulan, serta penyusunan saran berdasarkan temuan penelitian. Dengan alokasi waktu selama satu bulan, diharapkan

seluruh rangkaian kegiatan penelitian kuantitatif ini dapat berjalan secara efektif dan menghasilkan penelitian yang sistematis, objektif, dan sesuai dengan kaidah ilmiah.

C. Populasi dan Sampel

1) Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.³⁹ Arikunto mendefinisikan populasi sebagai keseluruhan suatu objek di dalam penelitian yang dialami dan juga dicatat segala bentuk yang ada di lapangan. Nazir mendefinisikan populasi sebagai kumpulan dari individu dengan kualitas serta ciri-ciri yang telah ditetapkan.⁴⁰ Berdasarkan pengertian tersebut, populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti dan dianggap mampu memberikan data yang relevan dengan tujuan penelitian. Adapun populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Syariah dan Hukum Islam IAIN Parepare Angkatan 2023/2024 yang berjumlah sebanyak 377 mahasiswa, yang keseluruhannya dijadikan sebagai objek dalam penelitian untuk memperoleh gambaran yang menyeluruh mengenai variabel yang diteliti.

³⁹Nidia Suriani, Risnita, dan M Syahran Jailani, "Konsep Populasi Dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan," *Jurnal IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam* 1, no. 2 (July 1, 2023): 24–36, <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55>.

⁴⁰Nur Fadilah Amin, Sabaruddin Garancang, dan Kamaluddin Abunawas, "Konsep Umum Populasi Dan Sampel Dalam Penelitian," *Pilar* 14, no. 1 (2023): 15–31.

Tabel 3.1 Jumlah Mahasiswa Fakultas Syariah dan Hukum Islam Iain Parepare Angkatan 2023/2024

No.	Program Studi	Angkatan		Jumlah
		2023	2024	
1.	Hukum Keluarga Islam (Ahwal Syakhshiyyah)	44	43	87
2.	Hukum Pidana Islam (Jinayah)	40	46	86
3.	Hukum Ekonomi Syariah (Muamalah)	35	24	59
4.	Hukum tata negara (Siyasah)	66	79	145
Jumlah Total				377

Sumber: Siakad IAIN Parepare, Tahun 2025

Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa/i Fakshi IAIN Parepare dengan jumlah 79 responden. Pengumpulan data dilakukan secara *Online (Google Forms)* dan *Offline* dengan mendatangi FAKSHI secara langsung dengan bertemu langsung dengan responden. Berdasarkan data yang terkumpul dari kuesioner, hasil identifikasi karakteristik responden adalah sebagai berikut:

Tabel 3.2 Deskripsi Responden Berdasarkan Prodi

Fakultas	Prekuensi	Presentase
Hukum Keluarga Islam (Ahwal Syakhshiyyah)	23	28,7%
Hukum Pidana Islam (Jinayah)	17	21,3%
Hukum Ekonomi Syariah (Muamalah)	21	26,2%
Hukum tata negara (Siyasah)	19	23,8%

Sumber: Data Penelitian Tahun 2025

2) Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.⁴¹ Sampel adalah variable dari totalitas subjek penelitian atau variable populasi yang diharapkan dapat mewakili karakteristik populasi yang penetapannya dengan teknik-teknik tertentu. Sampel penelitian diambil menggunakan variabel simple random sampling untuk memastikan keterwakilan yang baik.

$$n = \frac{N}{1 + (e)^2}$$

Keterangan:

n = jumlah sampel

N = populasi

e = presentase Tingkat kesalahan yang dapat ditoleri. E=0,05

$$n = \frac{377}{1 + 377 (0,10)^2}$$

$$n = \frac{377}{1 + 377 (0,01)}$$

$$n = \frac{377}{1 + 3,77}$$

⁴¹Sugiono DR, *Statistika Untuk Penelitian* (Bandung: Cv. Alfabeta, 2002).

$$n = \frac{377}{4,77}$$

$$n = 79,04$$

Jadi jumlah populasi sebanyak 377, diperoleh ukuran sampel pada penelitian ini sebanyak 79 mahasiswa FAKSHI.

D. Teknik Dan Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan suatu hal yang penting dalam penelitian untuk memperoleh informasi yang tepat. Pengumpulan data penelitian bertujuan dapat memastikan keakuratan dan kevalidan hasil penelitian untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini.

Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner dalam penelitian ini adalah memberikan dan menyebar pernyataan mengenai pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa Fakshi IAIN Parepare dengan harapan bahwa ada respon dari pernyataan tersebut. Seluruh variable akan diukur menggunakan skala likert.

E. Definisi Operasional Variabel

1. Variable bebas (independent) Kepercayaan diri

Menurut Lauster, kepercayaan diri merupakan sikap yang terbentuk melalui pengalaman hidup individu. Ia mengemukakan kepercayaan diri memiliki lima aspek, yaitu keyakinan akan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab, dan rasional. Semakin tinggi skor yang diperoleh dalam aspek-aspek tersebut, maka semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri yang dimiliki mahasiswa.

2. Variable terikat (dependen) Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Kecemasan dalam psikologi didefinisikan sebagai kondisi emosi yang buram dan tidak menyenangkan disertai ciri-ciri takut terhadap suatu hal, rasa gentar, menekan, dan tidak nyaman. Kecemasan memiliki tiga aspek, yaitu kekhawatiran (*worry*), emosionalitas (*imosionality*), dan gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (*task generated interference*). Semakin tinggi skor yang diperoleh dalam masing-masing aspek tersebut, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan komunikasi interpersonal yang dialami oleh mahasiswa.

F. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini instrument penelitiannya adalah untuk mengetahui bagaimana pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa Fakshi IAIN Parepare Angkatan 2023/2024 maka penulis menggunakan penelitian kuesioner.⁴² Blueprint disusun oleh peneliti berdasarkan indikator yang dikembangkan dari teori kepercayaan diri menurut Lauster dan teori kecemasan dari Deffencer dan Hazaleus Blueprint ini bertujuan untuk memastikan setiap aspek teoritis tercakup dalam butir-butir pertanyaan angket.

Tabel 3.3 Skor Skala Likert

Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
Favorable	5	4	3	2	1
Unfavorable	1	2	3	4	5

Sumber: Data Penelitian Tahun 2025

⁴²Siwi Purwanti dan Riri Putri, 'Pengembangan Modul Berbasis Hots Pada Tema 6 Materi Membandingkan Siklus Makhluk Hidup Kelas Iv Sekolah Dasar', *Elementary School: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Ke-Sd-An*, 8 (2021), Doi:10.31316/Esjurnal.V8i1.1080.

Tabel 3.4 Blueprint Pengukuran Kepercayaan Diri

No.	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Keyakinan kemampuan Diri	1,2,3,4	5,6,7,8	8
2.	Optimis	9,10,11,12	13,14,15,16	8
3.	Objektif	17,18,19,20	21,22,23,24	8
4.	Bertanggung jawab	25,26,27,28	29,30,31,32	8
3.	Rasional dan Realistis	33,34,35,36	37,38,39,40	8
Total		20	20	40

Sumber: Data Penelitian Terbaru 2025

Tabel 3.5 Blueprint Pengukuran Kecemasan Komunikasi interpersonal

No.	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Kekhawatiran (<i>Worry</i>)	1,2,3,4,5,31,37	6,7,8,9,10,32,38	14
2.	Emosionalitas (<i>Imosionality</i>)	11,12,13,14,15,33,39	16,17,18,19,20,34,40	14
3.	Gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (<i>task generated interference</i>)	21,22,23,24,25,35	26,27,28,29,30,36	12
Total		20	20	40

Sumber: Data Penelitian Terbaru 2025

G. Teknik Analisis Data

1. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengetahui sejauh mana instrumen penelitian mampu mengukur apa yang seharusnya diukur sesuai dengan variabel penelitian yang ditetapkan. Menurut Sugiyono, validitas menunjukkan derajat ketepatan antara data yang sesungguhnya terjadi pada objek penelitian dengan data yang

dikumpulkan melalui instrumen penelitian, sehingga instrumen yang valid mampu memberikan gambaran yang akurat mengenai kondisi sebenarnya. Dalam penelitian kuantitatif, uji validitas dilakukan dengan mengorelasikan skor setiap item pernyataan dengan skor total variabel. Apabila data berdistribusi normal, maka uji validitas dilakukan menggunakan metode korelasi Pearson Product Moment, sedangkan apabila data tidak berdistribusi normal digunakan metode korelasi Spearman Rank. Suatu item pernyataan dalam kuesioner dinyatakan valid apabila nilai r -hitung lebih besar daripada nilai r -tabel pada tingkat signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$), sehingga item tersebut layak digunakan sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian.⁴³

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui tingkat konsistensi dan keandalan instrumen penelitian dalam mengukur variabel yang diteliti. Menurut Sugiyono, reliabilitas berkenaan dengan derajat konsistensi dan stabilitas data yang dihasilkan oleh instrumen penelitian. Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan metode Cronbach's Alpha, di mana suatu instrumen dinyatakan reliabel apabila memiliki nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari 0,7. Apabila nilai Cronbach's Alpha berada pada rentang 0,6 hingga 0,7, maka instrumen penelitian dinyatakan memiliki reliabilitas yang cukup, sedangkan apabila nilai Cronbach's Alpha kurang dari 0,6, maka instrumen penelitian dianggap kurang reliabel dan perlu dilakukan perbaikan sebelum digunakan dalam penelitian selanjutnya.

⁴³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, Cetakan ke (Bandung: Alfabeta, 2020).

3. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak sebagai salah satu syarat dalam analisis statistik parametrik. Menurut Sugiyono, uji normalitas bertujuan untuk melihat apakah data penelitian berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Pengujian normalitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode Kolmogorov–Smirnov atau Shapiro–Wilk. Data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05 (Sig. > 0,05), sedangkan apabila nilai signifikansi (Sig.) kurang dari 0,05 (Sig. < 0,05), maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal dan analisis selanjutnya disesuaikan dengan teknik statistik nonparametric.

4. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bebas, yaitu kepercayaan diri, dan variabel terikat, yaitu kecemasan komunikasi interpersonal, bersifat linear atau tidak. Menurut Sugiyono, uji linearitas bertujuan untuk memastikan bahwa hubungan antara dua variabel yang akan dianalisis dengan regresi atau korelasi bersifat linear, karena analisis tersebut mensyaratkan adanya hubungan linear antarvariabel. Dalam penelitian ini, uji linearitas dilakukan dengan menggunakan ANOVA Test for Linearity. Hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat dinyatakan linear apabila nilai signifikansi (Sig.) pada uji linearitas kurang dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa model hubungan yang terbentuk memenuhi asumsi

linearitas dan layak untuk dianalisis lebih lanjut menggunakan analisis statistik parametrik

3. Hipotesis

Uji hipotesis dengan menggunakan regresi linier sederhana. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa. Model regresi yang digunakan adalah:

$$Y = a + bX$$

Di mana:

Y adalah kecemasan komunikasi interpersonal

X adalah kepercayaan diri

a adalah konstanta

b adalah koefisien regresi.

Keputusan hipotesis diambil berdasarkan nilai signifikansi (Sig.). Jika nilai Sig. kurang dari 0,05, maka hipotesis nol (H_0) ditolak, yang berarti terdapat pengaruh signifikan antara kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi interpersonal. Sebaliknya, jika nilai Sig. lebih besar dari 0,05, maka hipotesis nol diterima, yang berarti tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa fakshi.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

a) Uji Validitas

Item instrumen dikatakan valid apabila nilai rhitung $\geq$ rtabel dan jika rhitung $<$ rtabel maka item tidak valid. rtabel dicari pada signifikansi 0,05. Nilai rtabel diperoleh dengan menggunakan rumus $df=N-2$, dimana N adalah jumlah responden uji coba. Total responden uji coba adalah sebanyak 40 responden uji coba, sehingga nilai df adalah $df=N-2 = 40-2 = 48$, sehingga nilai rtabel pada $df=48$ adalah 0.325, sebanyak 40 item yang di uji, 40 item dinyatakan valid.

Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Kepercayaan Diri

No. Item	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0,634	0,325	Valid
2	0,686	0,325	Valid
3	0,679	0,325	Valid
4	0,716	0,325	Valid
5	0,612	0,325	Valid
6	0,628	0,325	Valid
7	0,642	0,325	Valid
8	0,744	0,325	Valid
9	0,667	0,325	Valid
10	0,650	0,325	Valid
11	0,605	0,325	Valid
12	0,716	0,325	Valid
13	0,721	0,325	Valid
14	0,594	0,325	Valid
15	0,680	0,325	Valid
16	0,619	0,325	Valid
17	0,618	0,325	Valid
18	0,617	0,325	Valid
19	0,686	0,325	Valid
20	0,619	0,325	Valid
21	0,634	0,325	Valid

22	0,768	0,325	Valid
23	0,686	0,325	Valid
24	0,684	0,325	Valid
25	0,717	0,325	Valid
26	0,679	0,325	Valid
27	0,674	0,325	Valid
28	0,728	0,325	Valid
29	0,739	0,325	Valid
30	0,629	0,325	Valid
31	0,709	0,325	Valid
32	0,778	0,325	Valid
33	0,667	0,325	Valid
34	0,649	0,325	Valid
35	0,726	0,325	Valid
36	0,718	0,325	Valid
37	0,740	0,325	Valid
38	0,642	0,325	Valid
39	0,700	0,325	Valid
40	0,727	0,325	Valid

Sumber: Olah Data SPSS 26

Tabel 4.2 Uji Validitas Kecemasan Komunikasi

No. Item	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0,639	0,329	Valid
2	0,673	0,329	Valid
3	0,597	0,329	Valid
4	0,562	0,329	Valid
5	0,584	0,329	Valid
6	0,641	0,329	Valid
7	0,649	0,329	Valid
8	0,608	0,329	Valid
9	0,620	0,329	Valid
10	0,597	0,329	Valid
11	0,639	0,329	Valid
12	0,625	0,329	Valid
13	0,611	0,329	Valid
14	0,560	0,329	Valid
15	0,661	0,329	Valid
16	0,631	0,329	Valid
17	0,683	0,329	Valid
18	0,530	0,329	Valid

19	0,649	0,329	Valid
20	0,655	0,329	Valid
21	0,652	0,329	Valid
22	0,633	0,329	Valid
23	0,716	0,329	Valid
24	0,634	0,329	Valid
25	0,718	0,329	Valid
26	0,639	0,329	Valid
27	0,709	0,329	Valid
28	0,673	0,329	Valid
29	0,738	0,329	Valid
30	0,719	0,329	Valid
31	0,635	0,329	Valid
32	0,663	0,329	Valid
33	0,601	0,329	Valid
34	0,635	0,329	Valid
35	0,694	0,329	Valid
36	0,742	0,329	Valid
37	0,756	0,329	Valid
38	0,757	0,329	Valid
39	0,746	0,329	Valid

Sumber: Olah Data SPSS 26

Item instrumen dikatakan valid apabila nilai rhitung $\geq$ rtabel dan jika rhitung $<$ rtabel maka item tidak valid. rtabel dicari pada signifikansi 0,05. Nilai rtabel diperoleh dengan menggunakan rumus $df=N-2$, dimana N adalah jumlah responden uji coba. Total responden uji coba adalah sebanyak 39 responden uji coba, sehingga nilai df adalah $df=N-2 = 39-2 = 37$, sehingga nilai rtabel pada $df=37$ adalah 0.329, sebanyak 39 item yang di uji, 39 item dinyatakan valid.

b) Uji realibilitas

Tabel 4.3 Uji Reabilitas Kepercayaan Diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.970	40

Sumber: Olah Data SPSS 26

Uji reliabilitas dilakukan untuk melihat sejauh mana konsistensi alat ukur pada variabel kepercayaan diri. Berdasarkan hasil pengolahan data menggunakan SPSS 26, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar **0.970**. Nilai ini termasuk dalam kategori sangat tinggi karena berada jauh di atas batas minimum 0.70. Hal ini menunjukkan bahwa item-item pernyataan yang digunakan untuk mengukur kepercayaan diri sudah konsisten dan dapat dipercaya. Dengan demikian, instrumen kepercayaan diri yang digunakan dalam penelitian ini dapat dinyatakan reliabel dan layak digunakan untuk proses analisis lebih lanjut.

Tabel 4.4 Uji Reabilitas Kecemasan Komunikasi

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.965	40

Sumber: Olah Data SPSS 26

Untuk variabel kecemasan komunikasi interpersonal, uji reliabilitas juga menunjukkan hasil yang sangat baik. Nilai Cronbach's Alpha yang diperoleh adalah **0.965**, yang berarti bahwa seluruh item pernyataan pada variabel ini

memiliki tingkat konsistensi yang sangat tinggi. Nilai ini juga melebihi standar minimal 0.70, sehingga instrumen kecemasan komunikasi interpersonal dapat dikatakan reliabel. Dengan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa alat ukur yang digunakan pada variabel kecemasan komunikasi interpersonal mampu memberikan hasil yang stabil dan konsisten dalam mengukur kecemasan mahasiswa saat berkomunikasi.

c) Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah data berdistribusi normal atau tidak. Dari hasil uji Kolmogorov–Smirnov, diketahui bahwa variabel kepercayaan diri memiliki nilai signifikansi sebesar 0.020 yang berarti kurang dari 0.05, sehingga data pada variabel ini tidak berdistribusi normal. Sementara itu, variabel kecemasan komunikasi interpersonal memiliki nilai signifikansi sebesar 0.200 yang lebih besar dari 0.05, sehingga data dinyatakan berdistribusi normal. Meskipun salah satu variabel tidak normal, hal ini tidak mengganggu analisis karena dalam regresi yang harus berdistribusi normal adalah residual, bukan masing-masing variabelnya.

Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		KEPERCAYAAN DIRI	KECEMASAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL
N		80	80
Normal Parameters ^{a, b}	Mean	148.0625	142.8500
	Std. Deviation	31.50380	31.42405
Most Extreme Differences	Absolute	.109	.080
	Positive	.109	.067
	Negative	-.103	-.080
Test Statistic		.109	.080
Asymp. Sig. (2-tailed)		.020 ^c	.200 ^{c, d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Sumber: Olah Data SPSS 26

d) Uji Linearitas

Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi interpersonal berada dalam kategori linear. Hal ini ditunjukkan oleh nilai Deviation from Linearity sebesar 0.234 yang lebih besar dari 0.05. Dengan nilai tersebut, dapat dinyatakan bahwa tidak ada penyimpangan dari linearitas, sehingga kedua variabel memiliki hubungan yang linear dan analisis regresi linear sederhana dapat dilakukan.

Tabel 4.6 Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KECEMASAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL * KEPERCAYAAN DIRI	Between Groups	(Combined)	68604.450	49	1400.091	4.466	.000
		Linearity	49241.354	1	49241.354	157.057	.000
		Deviation from Linearity	19363.096	48	403.398	1.287	.234
	Within Groups		9405.750	30	313.525		
	Total		78010.200	79			

Sumber: Olah Data SPSS 26

- e) Uji Hipotesis
Uji regresi linear sederhana

Tabel 4.7 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.794 ^a	.631	.626	19.20498

a. Predictors: (Constant), KEPERCAYAAN DIRI

Sumber: Olah Data SPSS 26

Pada bagian Model Summary, hasil analisis menunjukkan bahwa nilai R yang diperoleh sebesar 0.794. Nilai ini menggambarkan adanya hubungan yang kuat antara kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi interpersonal. Selain itu, nilai R Square sebesar 0.631 menunjukkan bahwa 63.1% variasi perubahan pada kecemasan komunikasi interpersonal dapat dijelaskan oleh variabel kepercayaan diri. Sisanya, yaitu 36.9%, dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini. Variabel kepercayaan diri secara keseluruhan berpengaruh terhadap kecemasan komunikasi interpersonal.

Tabel 4.8 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	49241.354	1	49241.354	133.506	.000 ^b
	Residual	28768.846	78	368.831		
	Total	78010.200	79			

a. Dependent Variable: KECEMASAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL

b. Predictors: (Constant), KEPERCAYAAN DIRI

Sumber: Olah Data SPSS 25

Hasil uji ANOVA menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan dalam penelitian ini signifikan. Hal tersebut terlihat dari nilai F sebesar 133.506 dengan signifikansi 0.000. Karena nilai signifikansi berada di bawah 0.05, maka model regresi yang dibangun dinyatakan layak dan dapat digunakan untuk memprediksi kecemasan komunikasi interpersonal berdasarkan kepercayaan diri. Artinya, variabel kepercayaan diri terbukti berpengaruh secara keseluruhan terhadap kecemasan komunikasi interpersonal.

Tabel 4.9 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	25.513	10.380		2.458	.016
	KEPERCAYAAN DIRI	.792	.069	.794	11.554	.000

a. Dependent Variable: KECEMASAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL

Sumber: Olah Data SPSS 26

Pada bagian koefisien regresi, hasil menunjukkan bahwa variabel kepercayaan diri memiliki nilai signifikansi sebesar 0.000, yang berarti lebih kecil dari 0.05. Hal ini menunjukkan bahwa variabel kepercayaan diri berpengaruh signifikan terhadap kecemasan komunikasi interpersonal. Koefisien regresi sebesar 0.792 menjelaskan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada kepercayaan diri akan meningkatkan kecemasan komunikasi interpersonal sebesar 0.792 satuan sesuai dengan arah hubungan yang terbaca dari data. Persamaan regresi yang terbentuk dalam penelitian ini adalah $Y = 25.513 + 0.792X$.

Tabel 4.5 Hasil Kuesioner Penelitian

No	Pernyataan Kepercayaan Diri	Skor	Presentase
Keyakinan Kemampuan Diri			
1.	Saya merasa mampu menghadapi tantangan apapun yang datang.	33	41,3%
2.	Saya yakin bahwa saya dapat mencapai tujuan yang saya tetapkan.	27	33,8%
3.	Saya percaya diri dalam mengambil keputusan penting.	32	40%
4.	Saya merasa yakin dalam setiap langkah yang saya ambil.	48	60%
5.	Saya sering merasa ragu terhadap kemampuan diri saya.	26	32,5%
6.	Saya merasa kurang mampu dalam mengatasi masalah yang besar.	29	36,3%
7.	Saya sering meragukan kemampuan saya untuk sukses.	25	31,3%
8.	Saya merasa tidak cukup kompeten dalam banyak situasi.	30	37,5%
Optimis			
9.	Saya selalu melihat sisi positif dari setiap situasi.	29	36,3%
10.	Saya percaya bahwa hal baik akan terjadi jika saya berusaha dengan sungguh-sungguh.	29	36,3%
11.	Saya merasa yakin bahwa masa depan saya cerah.	33	41,3%
12.	Saya selalu berusaha mencari solusi dalam setiap masalah.	34	42,5%
13.	Saya sering merasa pesimis tentang hasil yang akan saya dapatkan.	29	36,3%
14.	Saya merasa bahwa kebanyakan hal tidak akan berjalan sesuai harapan saya.	22	27,5%
15.	Saya cenderung meragukan kemungkinan baik di masa depan.	25	31,3%
16.	Saya mudah merasa putus asa ketika menghadapi hambatan.	21	26,3%
Objektif			
17.	Saya selalu berusaha melihat situasi dengan sudut pandang yang jelas dan netral.	31	38,8%

18.	Saya mampu mempertimbangkan berbagai sudut pandang dalam mengambil keputusan.	32	40%
19.	Saya bisa menerima kritik konstruktif tanpa merasa tersinggung.	33	41,3%
20.	Saya cenderung melihat fakta secara objektif daripada terpengaruh emosi.	31	38,8%
21.	Saya sering terjebak pada opini pribadi saya dan sulit melihat hal dari perspektif lain.	26	32,5%
22.	Saya cenderung terlalu dipengaruhi oleh perasaan saya dalam membuat keputusan.	21	26,3%
23.	Saya jarang mampu menerima pandangan orang lain yang berbeda dari saya.	28	35%
24.	Saya merasa kesulitan untuk mempertimbangkan sudut pandang yang berbeda.	24	30%
Bertanggung jawab			
25.	Saya selalu bertanggung jawab atas keputusan yang saya buat.	31	38,8%
26.	Saya siap menerima konsekuensi dari setiap tindakan yang saya ambil.	28	35%
27.	Saya percaya bahwa saya memiliki kontrol penuh atas hidup saya.	29	36,3%
28.	Saya selalu berusaha menyelesaikan setiap tugas dengan penuh tanggung jawab.	36	45%
29.	Saya cenderung menghindari tanggung jawab ketika situasi sulit.	23	28,7%
30.	Saya sering mencari alasan atau menyalahkan orang lain saat terjadi kesalahan.	23	28,7%
31.	Saya merasa enggan untuk mengambil tanggung jawab atas keputusan yang saya buat.	28	35%
32.	Saya sering mengabaikan tanggung jawab yang seharusnya saya jalankan.	30	37,5%
Rasional dan Realistis			
33.	Saya selalu berpikir secara rasional dalam menghadapi masalah.	33	41,3%
34.	Saya menyadari batas kemampuan saya dan menetapkan tujuan yang realistis.	44	55%
35.	Saya mampu melihat situasi dengan jernih dan tidak terbawa emosi.	29	36,3%
36.	Saya membuat keputusan berdasarkan logika dan fakta yang ada.	44	55%
37.	Saya sering membuat keputusan impulsif tanpa mempertimbangkan semua fakta.	30	37,5%
38.	Saya kadang menetapkan tujuan yang terlalu ambisius dan tidak realistis.	22	27,5%
39.	Saya sering terjebak pada perasaan dan membuat keputusan berdasarkan emosi.	25	31,3%
40.	Saya cenderung mengabaikan kenyataan dan berfantasi tentang hasil yang tidak realistis.	31	38,8%

Sumber: Olah Data Penelitian 2026

Tabel 4.6 Hasil Uji Kuesioner Penelitian

No	Pernyataan Kecemasan Komunikasi Interpersonal	Skor	Presentase
Kekhawatiran (<i>Worry</i>)			
1.	Saya merasa cukup percaya diri dengan diri saya sendiri meskipun saya kadang merasa tidak cukup baik dibandingkan dengan teman-teman saya.	33	41,3%
2.	Saya mampu mengatasi kekhawatiran tentang diri saya dan menerima diri saya apa adanya.	34	42,5%
3.	Saya tidak merasa terlalu khawatir tentang bagaimana orang lain menilai saya.	27	33,8%
4.	Saya tahu bahwa setiap orang memiliki kelebihan dan kekurangan, termasuk saya.	43	53,8%
5.	Saya dapat merasa puas dengan diri saya meskipun tidak selalu sempurna.	30	37,5%
6.	Saya tetap percaya diri meskipun menghadapi situasi sosial yang baru	28	35%
7.	Saya bisa menerima kritik dengan sikap yang positif dan tidak merasa terancam.	29	36,3%
8.	Saya sering merasa cemas bahwa saya tidak cukup baik dibandingkan dengan teman-teman saya.	23	28,7%
9.	Saya khawatir tentang bagaimana orang lain melihat saya dan penampilan saya.	24	30%
10.	Saya sering merasa tidak percaya diri dan meragukan kemampuan diri sendiri.	20	25%
11.	Saya sering berpikir bahwa saya lebih buruk daripada orang lain di sekitar saya.	24	30%
12.	Saya merasa cemas tentang hal-hal kecil yang mungkin dilihat orang lain sebagai kekurangan saya.	24	30%26
13.	Saya sering merasa bahwa saya tidak cukup baik dibandingkan dengan orang lain.	26	32,5%
14.	Saya khawatir orang-orang tidak menyukai saya karena penampilan atau perilaku saya.	26	27,5%
Emosionalitas (<i>Imosionality</i>)			
15.	Saya dapat tetap tenang meskipun menghadapi situasi yang menegangkan.	29	36,3%
16.	Saya jarang merasa cemas secara fisik, bahkan dalam situasi yang sulit.	24	30%
17.	Saya mampu mengendalikan reaksi fisik saya terhadap stres dan tetap berpikir jernih.	31	38,8%
18.	Ketika merasa tertekan, saya bisa menemukan cara untuk menenangkan diri dan mengurangi ketegangan.	27	33,8%
19.	Saya merasa dapat mengatasi rasa cemas fisik dengan mudah dan kembali fokus pada tugas.	34	42,5%

20.	Saya bisa mengatur napas dan menenangkan diri saat merasa cemas.	30	37,5%
21.	Saya merasa lebih rileks ketika berbicara di depan umum.	24	30%
22.	Saya sering merasakan jantung berdebar-debar atau keringat dingin saat menghadapi stres.	20	25%
23.	Ketika saya merasa cemas, tubuh saya merespon dengan cara yang membuat saya lebih gelisah.	21	26,3%
24.	Saya mudah merasa tegang dan tidak bisa mengontrol reaksi fisik saya saat tertekan.	25	31,3%
25.	Saya sering merasa sangat cemas hingga tubuh saya terasa kaku dan tidak nyaman.	29	36,3%
26.	Reaksi fisik saya terhadap stres sering kali mengganggu aktivitas saya sehari-hari.	23	28,7%
27.	Saya merasa gelisah dan sulit tidur saat menghadapi masalah besar.	23	28,7%
28.	Saya sering merasakan perut tidak nyaman ketika merasa khawatir atau tegang.	24	30%
Gangguan dan Hambatan Dalam Menyelesaikan Tugas (<i>Task Generated Interference</i>)			
29.	Saya dapat menyelesaikan tugas dengan baik meskipun ada banyak pemikiran yang datang.	26	32,5%
30.	Saya merasa mampu untuk tetap fokus pada tugas dan tidak terlalu terpengaruh oleh kecemasan.	26	32,5%
31.	Meskipun saya memiliki banyak pikiran, saya masih bisa mengelola waktu dan menyelesaikan tugas dengan baik.	30	37,5%
32.	Saya jarang merasa terhambat oleh kecemasan saat menyelesaikan tugas penting.	27	33,8%
33.	Saya dapat tetap produktif meskipun terkadang ada rasa cemas tentang tugas yang harus diselesaikan.	26	32,5%
34.	Saya tidak mudah terpengaruh oleh pikiran negatif saat bekerja.	27	33,8%
35.	Saya sering merasa terlalu tertekan oleh pikiran tentang tugas yang harus saya selesaikan.	28	35%
36.	Kecemasan membuat saya kesulitan untuk fokus dan menyelesaikan tugas dengan baik.	24	30%
37.	Saya sering merasa kewalahan dengan banyaknya tugas, sehingga sulit untuk memulai atau menyelesaikannya.	26	32,5%
38.	Pemikiran tentang tugas sering mengganggu konsentrasi saya, sehingga saya tidak bisa bekerja dengan efisien.	25	31,3%
39.	Saya sering merasa stres dan terhambat dalam menyelesaikan tugas-tugas saya karena terlalu banyak kekhawatiran.	23	28,7%
40.	Saya mudah terdistraksi oleh pikiran negatif saat sedang menyelesaikan tugas.	24	30%

Sumber: Olah Data Penulis 2026

B. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa. Temuan ini sejalan dengan teori Lauster yang menjelaskan bahwa kepercayaan diri muncul dari keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya, baik dalam berpikir, bersikap, maupun bertindak. Individu yang memiliki kepercayaan diri tinggi biasanya lebih siap menghadapi situasi sosial, lebih berani berbicara, dan tidak mudah takut dengan penilaian orang lain. Dengan kata lain, semakin kuat keyakinan seseorang terhadap dirinya, maka semakin rendah kemungkinan munculnya rasa cemas ketika berkomunikasi dengan orang lain.⁴⁴

Berdasarkan hasil penelitian ini, mahasiswa dengan kepercayaan diri lebih tinggi menunjukkan tingkat kecemasan komunikasi interpersonal yang lebih rendah. Hal ini sejalan dengan teori kecemasan komunikasi interpersonal yang dikemukakan oleh Defenner & Hazaleus, bahwa kecemasan muncul ketika seseorang merasa khawatir akan penilaian negatif dari lawan bicara, takut salah, serta merasa tidak mampu mengontrol situasi komunikasi. Ketika mahasiswa tidak percaya diri, mereka cenderung mengalami ketegangan, gugup, dan kesulitan dalam menyampaikan pesan secara efektif. Sebaliknya, mahasiswa yang percaya diri akan lebih tenang, lebih mampu mengekspresikan pikiran, dan lebih mudah beradaptasi dengan situasi percakapan apa pun.⁴⁵

⁴⁴Sif'atur Rif'ah Nur Hidayati and Siti Ina Savira, "Hubungan Antara Konsep Diri Dan Kepercayaan Diri Dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Sebagai Moderator Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya," *Character Jurnal Penelitian Psikologi* 8, no. 3 (2021): 1–11, <https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i3.41122>.

⁴⁵Khoirul Muslimin and M I Kom, *Kecemasan Komunikasi: Mengatasi Cemas Berkomunikasi Di Depan Publik* (Unisnu Press, 2021).

Temuan penelitian ini juga diperkuat oleh beberapa penelitian terkini. Misalnya, penelitian oleh Stevanie Ho dan rekan-rekannya yang menemukan bahwa kepercayaan diri berperan penting dalam menurunkan kecemasan berbicara mahasiswa, bahkan kontribusinya mencapai lebih dari 30%. Penelitian tersebut secara tidak langsung mendukung hasil penelitian ini, karena komunikasi interpersonal dan public speaking sama-sama membutuhkan kemampuan untuk mengelola diri dalam situasi sosial.⁴⁶

Penelitian lain dari Cornelia Kaimarehe & Marsofiyati juga menemukan bahwa mahasiswa dengan tingkat kepercayaan diri yang baik lebih mudah berkomunikasi saat berdiskusi dalam kelompok. Hasil ini memperkuat pandangan bahwa kepercayaan diri membantu seseorang merasa lebih mampu menghadapi interaksi interpersonal.⁴⁷ Dengan demikian, rendahnya kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai dampak dari keyakinan mereka terhadap kemampuan diri sendiri.

Selain memperkuat teori dan penelitian sebelumnya, hasil penelitian ini juga mendukung hipotesis yang diajukan dalam penelitian, yaitu H1: terdapat pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa FAKSHI IAIN Parepare. Berdasarkan hasil uji regresi linear sederhana, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa kepercayaan diri berpengaruh secara signifikan terhadap kecemasan komunikasi interpersonal

⁴⁶Stevanie Ho, Ellen Angelina, and Calvin Stivanus, "Peran Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa.," *Jurnal Muara Medika Dan Psikologi Klinis* 4, no. 2 (2024): 37–46, <https://doi.org/10.24912/jmmpk.v4i2.35074>.

⁴⁷Reny Winarni, "Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Komunikasi Di Depan Umum Pada Mahasiswa," *Cognicia* 1, no. 2 SE-Articles (March 7, 2024), <https://doi.org/10.22219/cognicia.v1i2.1647>.

mahasiswa FAKSHI IAIN Parepare. Selain itu, nilai R sebesar 0,794 menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara kedua variabel, sedangkan nilai R Square sebesar 0,631 menunjukkan bahwa kepercayaan diri memberikan kontribusi sebesar 63,1% terhadap variasi kecemasan komunikasi interpersonal. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H1) diterima dan hipotesis nol (H0) ditolak. Penerimaan hipotesis ini menunjukkan bahwa pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan bukanlah kebetulan, tetapi memang menggambarkan kondisi nyata mahasiswa FAKSHI. Hal ini mempertegas bahwa tingkat kepercayaan diri berperan dalam menentukan tinggi rendahnya kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa.

Jika dilihat dari sudut pandang psikologi komunikasi, temuan ini sangat logis. Devito menyebutkan bahwa komunikasi interpersonal membutuhkan kesiapan mental, kemampuan mengendalikan diri, serta adanya persepsi diri yang positif.⁴⁸ Ketika mahasiswa memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu berbicara dengan baik, maka tanda kecemasan seperti gugup, takut, dan gelisah akan berkurang. Sebaliknya, jika seseorang menilai dirinya tidak mampu, hal itu akan menimbulkan kecemasan yang membuat komunikasi berjalan tidak efektif.

Kepercayaan diri sebagai aspek kepribadian juga berperan sebagai fondasi psikologis dalam menghadapi tuntutan sosial dan akademik. Menurut Lauster, kepercayaan diri terbentuk melalui pengalaman hidup dan tercermin dalam keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya.⁴⁹ Mahasiswa FAKSHI yang sering dihadapkan

⁴⁸ Anyssa Fiani dan Zulian Fikry, "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja Dalam Pengguna Smartphone," *Jurnal Pendidikan Tambusai* 7, no. 2 (2023): 3529–38.

⁴⁹ Syifa Asha Umarta and Wustari L Mangundjaya, "Pengaruh Konsep Diri Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa," *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 1, no. 8 (2023): 269–78, <https://doi.org/10.5281/zenodo.8377017>.

pada diskusi kelas, presentasi, serta interaksi akademik membutuhkan kepercayaan diri agar mampu menyampaikan argumen secara tegas tanpa disertai kecemasan yang berlebihan. Ketika kepercayaan diri berkembang dengan baik, mahasiswa akan lebih siap menghadapi berbagai situasi komunikasi yang menuntut keberanian dan ketenangan.

Aspek optimisme dalam kepercayaan diri turut berkontribusi dalam menurunkan kecemasan komunikasi interpersonal. Mahasiswa yang optimis cenderung memandang komunikasi sebagai kesempatan untuk belajar dan berkembang, bukan sebagai ancaman yang menakutkan. Sikap ini membantu mengurangi rasa takut terhadap kegagalan dan penilaian negatif dari orang lain, sehingga mahasiswa dapat menjalani interaksi komunikasi dengan lebih percaya diri.

Selain itu, objektivitas dalam menilai diri sendiri juga berperan penting dalam komunikasi interpersonal. Mahasiswa yang mampu menilai kelebihan dan kekurangannya secara realistis tidak mudah terjebak pada penilaian diri yang terlalu negatif. Sikap objektif ini membantu mahasiswa menerima kekurangan sebagai bagian dari proses belajar, tanpa harus disertai rasa cemas yang berlebihan saat berkomunikasi.

Tanggung jawab sebagai salah satu aspek kepercayaan diri tercermin dalam kesiapan mahasiswa menghadapi situasi komunikasi. Mahasiswa yang bertanggung jawab cenderung mempersiapkan diri dengan baik sebelum presentasi atau diskusi, sehingga memiliki rasa aman dan keyakinan dalam menyampaikan pesan. Persiapan yang matang membantu menurunkan ketidakpastian dan mengurangi kecemasan yang mungkin muncul saat berkomunikasi.

Aspek rasional dan realistis juga membantu mahasiswa menghadapi komunikasi interpersonal dengan lebih tenang. Mahasiswa yang rasional tidak melebih-lebihkan risiko atau kemungkinan kegagalan dalam komunikasi. Sikap realistis ini mencegah munculnya rasa takut yang tidak proporsional, sehingga proses komunikasi dapat berlangsung secara lebih efektif dan nyaman.

Temuan penelitian ini juga selaras dengan teori kecemasan menurut Deffenbacher dan Hazaleus yang menyatakan bahwa kecemasan komunikasi interpersonal terdiri atas aspek kekhawatiran, emosionalitas, serta gangguan dalam penyelesaian tugas. Kepercayaan diri berperan dalam menekan kekhawatiran yang berlebihan, membantu mengelola reaksi emosional, serta menjaga fokus saat menyampaikan pesan. Dengan berkurangnya gangguan dalam proses komunikasi, mahasiswa dapat berinteraksi secara lebih efektif.⁵⁰

Dalam dinamika kecemasan yang dijelaskan oleh Lazarus dan Spielberger, kecemasan muncul sebagai respons terhadap situasi yang dipersepsikan sebagai ancaman. Kepercayaan diri memengaruhi cara mahasiswa memersepsikan situasi komunikasi tersebut. Mahasiswa yang percaya diri cenderung memandang komunikasi sebagai tantangan yang dapat dihadapi, bukan sebagai ancaman yang harus dihindari, sehingga lebih siap secara mental dan emosional.⁵¹

Pandangan Shah yang membagi kecemasan ke dalam komponen fisik, emosional, dan mental juga relevan dengan hasil penelitian ini. Kepercayaan diri

⁵⁰ Dian Sri Mulyani, "Pengaruh Efikasi Diri Dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Dosen Muda," *BroadComm* 5, no. 1 (2023): 14–24, <https://doi.org/10.53856/bcomm.v5i1.247>.

⁵¹ Putri Pusvitasari and Arini Mifti Jayanti, "Strategi Coping Dan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa," *Jurnal Ilmiah Psikomuda (Jipm) Connectedness* 1, no. 2 (2021): 21–30.

membantu mahasiswa mengurangi ketegangan fisik, menstabilkan emosi, serta menjaga kejernihan pikiran saat berkomunikasi. Dengan demikian, kepercayaan diri memberikan kontribusi menyeluruh dalam menurunkan kecemasan komunikasi interpersonal.

Oleh karena itu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu faktor penting dalam menurunkan kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa. Kecuali, jika ingin mengurangi kecemasan dalam berkomunikasi, mahasiswa perlu lebih banyak membangun keyakinan diri, misalnya dengan memperbanyak pengalaman berbicara, aktif dalam organisasi, mengikuti kegiatan diskusi, atau melatih kemampuan berbicara di depan umum.

Secara keseluruhan, penelitian ini memperkuat temuan-temuan sebelumnya bahwa kepercayaan diri berperan besar dalam proses komunikasi interpersonal. Mahasiswa yang percaya diri tidak hanya lebih mampu mengekspresikan pendapatnya, tetapi juga lebih tenang dalam menghadapi situasi komunikasi yang kompleks. Penelitian ini juga memberikan gambaran bahwa upaya peningkatan kepercayaan diri dapat menjadi salah satu strategi penting untuk membantu mahasiswa yang masih mengalami kecemasan dalam berkomunikasi.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa FAKSHI IAIN Parepare, dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan komunikasi interpersonal. Hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan nilai signifikansi 0.000, sehingga hipotesis alternatif (H1) diterima dan hipotesis nol (H0) ditolak. Artinya, kepercayaan diri terbukti berperan dalam menentukan tinggi rendahnya kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa.

Mahasiswa dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi cenderung menunjukkan tingkat kecemasan komunikasi interpersonal yang lebih rendah. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang percaya diri lebih mudah merasa gugup, takut salah, dan khawatir terhadap penilaian orang lain saat berkomunikasi. Temuan ini sejalan dengan teori dan penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu faktor penting dalam mengurangi kecemasan dalam interaksi sosial maupun akademik.

Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa peningkatan kepercayaan diri dapat membantu mahasiswa dalam mengelola kecemasan komunikasi interpersonal dan meningkatkan kemampuan mereka dalam berkomunikasi secara efektif.

B. Saran

Mahasiswa diharapkan dapat lebih aktif melatih kepercayaan diri, misalnya dengan mengikuti kegiatan organisasi, terlibat dalam diskusi, atau sering berlatih presentasi. Dengan membiasakan diri berbicara di depan orang lain, perlahan kecemasan komunikasi akan menurun.

Pertama, kampus disarankan untuk menyediakan wadah pengembangan diri seperti seminar, pelatihan public speaking, kegiatan debat, atau workshop soft skills. Program-program tersebut dapat membantu mahasiswa meningkatkan kemampuan komunikasi sekaligus membangun kepercayaan diri.

Kedua, Peneliti berikutnya dapat menambah variabel lain yang mungkin mempengaruhi kecemasan komunikasi interpersonal, seperti konsep diri, pengalaman sosial, pola asuh orang tua, atau kecerdasan emosional. Selain itu, metode penelitian dapat dikembangkan dengan pendekatan kualitatif atau *mixed methods* untuk mendapatkan hasil yang lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Afif, Zihnil, Devi Syukri Azhari, Martin Kustati, dan Nana Sepriyanti. "Penelitian Ilmiah (Kuantitatif) Beserta Paradigma, Pendekatan, Asumsi Dasar, Karakteristik, Metode Analisis Data Dan Outputnya." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3, no. 3 (2023): 682–93.
- Alafair Purtian Ramadani, Mohamad Syarif Sumantri, dan Linda Zakiah. "Hubungan Antara Rasa Percaya Diri Terhadap Sikap Kemandirian Belajar Siswa Kelas V Sekolah Dasar." *Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang* 9, no. 2 (July 6, 2023): 4478–85. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v9i2.1056>.
- Alawiyah, Desi, Nurasmi Nurasmi, Nurairin Asmila, dan Riswi Fatasyah. "Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa." *Retorika : Jurnal Kajian Komunikasi Dan Penyiaran Islam* 4, no. 2 SE-Articles (September 30, 2022). <https://doi.org/10.47435/retorika.v4i2.1201>.
- Alex, Sobur. *Kamus Psikologi*. Bandung: Cv. Pustaka Setia, 2016.
- Alvin Nur Muhammad Azyz, M. Qomarul Huda, dan Luthfi Atmasari. "School Well-Being Dan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa." *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science* 3, no. 1 (September 9, 2022): 18–35. <https://doi.org/10.30762/happiness.v3i1.350>.
- Amin, Nur Fadilah, Sabaruddin Garancang, dan Kamaluddin Abunawas. "Konsep Umum Populasi Dan Sampel Dalam Penelitian." *Pilar* 14, no. 1 (2023): 15–31.
- Anas, Nirwana, dan Sapri Sapri. "Komunikasi Antara Kognitif Dan Kemampuan Berbahasa." *EUNOIA (Jurnal Pendidikan Bahasa Indonesia)* 1, no. 1 (2022): 1. <https://doi.org/10.30821/eunoia.v1i1.997>.
- Aswita, Aswita. "Manajemen Kecemasan Komunikasi Mahasiswa IAIN Parepare." IAIN Parepare, 2021.
- Baron, Robert A, dan Donn Byrne. "Psikologi Sosial Jilid 2 Edisi 10." *Jakarta: Erlangga*, 2005.
- Fiani, Anyssa, dan Zulian Fikry. "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja Dalam Pengguna Smartphone." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 7, no. 2 (2023): 3529–38.
- FZ, Baiq Jihannisa, Eben Ezer Nainggolan, dan Sayidah Aulia Ul Haque. "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Di Surabaya Dengan Motivasi Belajar Sebagai Variabel Moderator." *Indonesian Research Journal on Education* 5, no. 1 (2025): 945–50. <https://doi.org/10.31004/irje.v5i1.2007>.

- Gesti Tri Rahmawati, Indra Yana, Dwi Ratna Sari, dan Komang Sutawan. "Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Komunikasi Interpersonal (Studi Mahasiswa/I Yang Menjalani Kehidupan Pabbajita) Di STIAB Jinarakkhita," 2023.
- Ghufron, M. Nur, dan Rini Risnawita S. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012.
- Ghufron, M. Nur, dan Rini S Risnawati. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: AR-RUZZMEDIA, 2012.
- Hamama, Syifa, dan Rose Kusumaning Ratri. "Strategi Meningkatkan Rasa Percaya Diri Bagi Pemula: Kunci Sukses Berkomunikasi." *Jurnal Selasar KPI: Referensi Media Komunikasi dan Dakwah* 1, no. 1 (2021): 106–15. <https://doi.org/10.33507/selasar.v1i1.1886>.
- Hidayati, Sifatur Rif'ah Nur, dan Siti Ina Savira. "Hubungan Antara Konsep Diri Dan Kepercayaan Diri Dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Sebagai Moderator Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya." *Character Jurnal Penelitian Psikologi* 8, no. 3 (2021): 1–11. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i3.41122>.
- Ho, Stevanie, Ellen Angelina, dan Calvin Stivanus. "Peran Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa." *Jurnal Muara Medika dan Psikologi Klinis* 4, no. 2 (2024): 37–46. <https://doi.org/10.24912/jmmpk.v4i2.35074>.
- Istiqomah, Farikha, dan Abdul Amin. "Konsep Diri Dan Kecemasan Remaja Putus Sekolah." *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan* 7, no. 2 (January 17, 2021): 104–21. <https://doi.org/10.35891/jip.v7i2.2419>.
- Kusnadi, Starry Kireida, Nur Irmayanti, Sekaring Ayumeida Kusnadi, Husni Anggoro, dan Kemilau Senja Berlian Agustina. "Pelatihan Public Speaking Sebagai Upaya Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Remaja Komunitas Kappas Surabaya Surabaya." *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)* 4 (November 20, 2021): 1093–98. <https://doi.org/10.37695/pkmcscr.v4i0.1303>.
- Lolaria, Chrisdayana, Marsitha Puja Kesuma, dan Muhammad Erwan Syah. "Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kinerja Perwira TNI AL." *COMSERVA : Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat* 3, no. 09 (January 8, 2024): 3409–17. <https://doi.org/10.59141/comserva.v3i09.1133>.
- Mulyani, Dian Sri. "Pengaruh Efikasi Diri Dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Dosen Muda." *BroadComm* 5, no. 1 (2023): 14–24. <https://doi.org/10.53856/bcomm.v5i1.247>.
- Muslimin, Khoirul, dan M I Kom. *Kecemasan Komunikasi: Mengatasi Cemas Berkomunikasi Di Depan Publik*. Unisnu Press, 2021.

- Nisa, Khoirun, Johar Permana, dan Vidi Sukmayadi. "Kecemasan Komunikasi Pada Mahasiswa Tahun Pertama Ilmu Komunikasi." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3, no. 5 (2023): 2134–46.
- Novitria, Felisca, dan Riza Noviana Khoirunnisa. "Perbedaan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Baru Jurusan Psikologi Ditinjau Dari Jenis Kelamin." *Character Jurnal Penelitian Psikologi* 9, no. 1 (2022): 11–20. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i1.44550>.
- Oktamarin, Lidia, Fika Kurniati, Maratus Sholekhah, Silpa Nurjanah, Sri Wahyuni Oktaria, Sukmawati Sukmawati, dan Tantri Apriyani. "Gangguan Kecemasan (Axiety Disorder) Pada Anak Usia Dini." *Jurnal Multidisipliner Bharasumba* 1, no. 02 (April 30, 2022): 119–34. <https://doi.org/10.62668/bharasumba.v1i02.192>.
- Pebriani, Lucia Voni, dan Puspita Adhi Kusuma W. "Korelasi Antara Self-Compassion Dengan Kecemasan Sosial Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di Kota Bandung." *Journal of Psychological Science and Profession* 5, no. 1 (April 30, 2021): 57–65. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v5i1.31931>.
- Poerwanto, Agus. "Pengaruh Terapi Storytelling Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Problem Focused Coping Mahasiswa Yang Sedang Skripsi." *Helper : Jurnal Bimbingan dan Konseling* 34, no. 2 (September 25, 2017): 61–71. <https://doi.org/10.36456/helper.vol34.no2.a945>.
- Prasasti, Bawon Wiji Dian, dan Sugiarti Sugiarti. "Kajian Kecemasan Neurotik Pada Novel Lengking Burung Kasuari Karya Nunuk Y. Kusmiana." *Lingua Franca: Jurnal Bahasa, Sastra, dan Pengajarannya* 4, no. 1 (2020): 62–77. <https://doi.org/10.30651/lf.v4i1.2379>.
- Purwanti, Siwi, dan Riri Putri. "Pengembangan Modul Berbasis Hots Pada Tema 6 Materi Membandingkan Siklus Makhluk Hidup Kelas Iv Sekolah Dasar." *Elementary School: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Ke-SD-An* 8 (January 6, 2021). <https://doi.org/10.31316/esjurnal.v8i1.1080>.
- Pusvitasari, Putri, dan Arini Mifti Jayanti. "Strategi Coping Dan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa." *Jurnal Ilmiah Psikomuda (Jipm) Connectedness* 1, no. 2 (2021): 21–30.
- Putra, Abdi Hasmar, Arsil Arsil, dan Haripah Lawanis. "Tingkat Kepercayaan Diri Dan Mental Siswa SMA Negeri 1 Situjuah Limo Nagari Dalam Mengikuti Kejuaraan Futsal." *Jurnal JPDO* 8, no. 3 (2025): 570–80. <https://doi.org/10.24036/JPDO.8.1.2025.67>.
- Siroj, Rusydi A, Win Afgani, Fatimah Fatimah, Dian Septaria, dan Gebriella Zahira Salsabila. "Metode Penelitian Kuantitatif Pendekatan Ilmiah Untuk Analisis Data." *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)* 7, no. 3 (2024): 11279–89. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v7i3.32467>.

- Sugiono DR. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Cv. Alfabeta, 2002.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Cetakan ke. Bandung: Alfabeta, 2020.
- Suriani, Nidia, Risnita, dan M Syahrani Jailani. “Konsep Populasi Dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan.” *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam* 1, no. 2 (July 1, 2023): 24–36. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55>.
- Suryadin, Adin, dan Endah Tri Wahyuningsih. “Eksplorasi Kepercayaan Diri Dalam Kemampuan Public Speaking Mahasiswa STAI Terpadu Yogyakarta.” *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi* 2, no. 2 (2025): 86–95.
- Umarta, Syifa Asha, dan Wustari L Mangundjaya. “Pengaruh Konsep Diri Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa.” *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 1, no. 8 (2023): 269–78. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8377017>.
- Warohmah, Mawaddah. “Pengaruh Persepsi Atas Pendekatan Humanistik Dan Kecemasan Belajar Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Statistika.” *Science : Jurnal Inovasi Pendidikan Matematika dan IPA* 3, no. 3 (September 29, 2023): 194–201. <https://doi.org/10.51878/science.v3i3.2466>.
- Wijaya, Subur. “Al-Quran Dan Komunikasi (Etika Komunikasi Dalam Perspektif Al-Quran).” *Al Burhan: Jurnal Kajian Ilmu dan Pengembangan Budaya Al-Qur'an* 15, no. 1 (June 16, 2015): 1–28. <https://doi.org/10.53828/alburhan.v15i1.59>.
- Winarni, Reny. “Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Komunikasi Di Depan Umum Pada Mahasiswa.” *Cognicia* 1, no. 2 SE-Articles (March 7, 2024). <https://doi.org/10.22219/cognicia.v1i2.1647>.
- Yam, Jim Hoy, dan Ruhayat Taufik. “Hipotesis Penelitian Kuantitatif.” *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi* 3, no. 2 (August 1, 2021): 96–102. <https://doi.org/10.33592/perspektif.v3i2.1540>.
- Yudistiara, Nur Suci, Tri Suyati, dan Argo Widiarto. “Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X Sma Institut Indonesia Kota Semarang.” *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi* 4, no. 2 (2024): 127–37.

LAMPIRAN – LAMPIRAN



	<p>KEMENTRIAN AGAMA REPUBLIK Indonesia INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH Jl. Amal Bhakti No. 8 Soreang 91131 Telp. (0421)21307</p>
<p>VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN SKRIPSI</p>	

NAMA MAHASISWA : THALITA ZADA ALMIRA. M
 NIM : 2020203870232013
 FAKULTAS : USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
 PRODI : BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
 JUDUL : PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP
 KECEMASAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL
 MAHASISWA FAKSHI IAIN PAREPARE

LEMBAR ANGKET KEPERCAYAAN DIRI

I. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah setiap pertanyaan dengan cermat!
2. Beri tanda ($\sqrt{}$) pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pendapat Anda!
3. Skala penilaian adalah sebagai berikut:
 - 1 = Sangat Tidak Setuju
 - 2 = Tidak Setuju
 - 3 = Netral
 - 4 = Setuju
 - 5 = Sangat Setuju

II. Identitas Responden

Nama :

Prodi :

Semester :

III. Daftar pertanyaan

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
Keyakinan dan Kemampuan Diri						
1.	Saya merasa mampu menghadapi tantangan apapun yang datang.					
2.	Saya sering merasa ragu terhadap kemampuan diri saya.					
3.	Saya yakin bahwa saya dapat mencapai tujuan yang saya tetapkan					
4.	Saya merasa kurang mampu dalam mengatasi masalah yang besar.					
5.	Saya percaya diri dalam mengambil keputusan penting.					
6.	Saya sering meragukan kemampuan saya untuk sukses.					
7.	Saya merasa yakin dalam setiap langkah yang saya ambil.					
8.	Saya merasa tidak cukup kompeten dalam bssanyak situasi.					
Optimis						
9.	Saya selalu melihat sisi positif dari setiap situasi.					
10.	Saya sering merasa pesimis tentang hasil yang akan saya dapatkan.					
11.	Saya percaya bahwa hal baik akan terjadi jika saya berusaha dengan sungguh-sungguh.					
12.	Saya merasa bahwa kebanyakan hal tidak akan berjalan sesuai harapan saya.					
13.	Saya merasa yakin bahwa masa depan saya cerah.					
14.	Saya cenderung meragukan kemungkinan baik di masa depan.					
15.	Saya selalu berusaha mencari solusi dalam setiap masalah.					
16.	Saya mudah merasa putus asa ketika menghadapi hambatan.					
Objektif						
17.	Saya selalu berusaha melihat situasi dengan sudut pandang yang jelas dan netral.					

18.	Saya sering terjebak pada opini pribadi saya dan sulit melihat hal dari perspektif lain.					
19.	Saya mampu mempertimbangkan berbagai sudut pandang dalam mengambil keputusan.					
20.	Saya cenderung terlalu dipengaruhi oleh perasaan saya dalam membuat keputusan.					
21.	Saya bisa menerima kritik konstruktif tanpa merasa tersinggung.					
22.	Saya jarang mampu menerima pandangan orang lain yang berbeda dari saya.					
23.	Saya cenderung melihat fakta secara objektif daripada terpengaruh emosi.					
24.	Saya merasa kesulitan untuk mempertimbangkan sudut pandang yang berbeda.					
Bertanggung jawab						
25.	Saya selalu bertanggung jawab atas keputusan yang saya buat.					
26.	Saya cenderung menghindari tanggung jawab ketika situasi sulit.					
27.	Saya siap menerima konsekuensi dari setiap tindakan yang saya ambil.					
28.	Saya sering mencari alasan atau menyalahkan orang lain saat terjadi kesalahan.					
29.	Saya percaya bahwa saya memiliki kontrol penuh atas hidup saya.					
30.	Saya merasa enggan untuk mengambil tanggung jawab atas keputusan yang saya buat.					
31.	Saya selalu berusaha menyelesaikan setiap tugas dengan penuh tanggung jawab.					
32.	Saya sering mengabaikan tanggung jawab yang seharusnya saya jalankan.					
Rasional dan Realistis						
33.	Saya selalu berpikir secara rasional dalam menghadapi masalah.					
34.	Saya sering membuat keputusan impulsif tanpa mempertimbangkan semua fakta.					
35.	Saya menyadari batas kemampuan saya dan menetapkan tujuan yang realistis.					
36.	Saya kadang menetapkan tujuan yang terlalu ambisius dan tidak realistis.					
37.	Saya mampu melihat situasi dengan jernih dan tidak terbawa emosi.					
38.	Saya sering terjebak pada perasaan dan membuat keputusan berdasarkan emosi.					

39.	Saya membuat keputusan berdasarkan logika dan fakta yang ada.					
40.	Saya cenderung mengabaikan kenyataan dan berfantasi tentang hasil yang tidak realistis.					

Parepare, 10 Oktober 2025

Pembimbing Utama

Dr. Sulvinajayanti, S.Kom., M.I.Kom.
NIP 19880131 201503 2 006

Pembimbing Pendamping

Astinah, M.Psi.
NIP 19910418 202012 2 020



	<p>KEMENTRIAN AGAMA REPUBLIK Indonesia INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH Jl. Amal Bhakti No. 8 Soreang 91131 Telp. (0421)21307</p>
<p>VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN SKRIPSI</p>	

NAMA MAHASISWA : THALITA ZADA ALMIRA. M
 NIM : 2020203870232013
 FAKULTAS : USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
 PRODI : BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
 JUDUL : PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP
 KECEMASAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL
 MAHASISWA FAKSHI IAIN PAREPARE

LEMBAR ANGKET KECEMASAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL

IV. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah setiap pertanyaan dengan cermat!
2. Beri tanda (√) pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pendapat Anda!
3. Skala penilaian adalah sebagai berikut:
 - 1 = Sangat Tidak Setuju
 - 2 = Tidak Setuju
 - 3 = Netral
 - 4 = Setuju
 - 5 = Sangat Setuju

V. Identitas Responden

Nama :

Prodi :

Semester :

VI. Daftar pertanyaan

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
Kekhawatiran (<i>worry</i>)						
1.	Saya merasa cukup percaya diri dengan diri saya sendiri meskipun saya kadang merasa tidak cukup baik dibandingkan dengan teman-teman saya.					
2.	Saya sering merasa cemas bahwa saya tidak cukup baik dibandingkan dengan teman-teman saya.					
3.	Saya mampu mengatasi kekhawatiran tentang diri saya dan menerima diri saya apa adanya.					
4.	Saya khawatir tentang bagaimana orang lain melihat saya dan penampilan saya.					
5.	Saya tidak merasa terlalu khawatir tentang bagaimana orang lain menilai saya.					
6.	Saya sering merasa tidak percaya diri dan meragukan kemampuan diri sendiri.					
7.	Saya tahu bahwa setiap orang memiliki kelebihan dan kekurangan, termasuk saya.					
8.	Saya sering berpikir bahwa saya lebih buruk daripada orang lain di sekitar saya.					
9.	Saya dapat merasa puas dengan diri saya meskipun tidak selalu sempurna.					
10.	Saya merasa cemas tentang hal-hal kecil yang mungkin dilihat orang lain sebagai kekurangan saya.					
11.	Saya tetap percaya diri meskipun menghadapi situasi sosial yang baru.					
12.	Saya sering merasa bahwa saya tidak cukup baik dibandingkan dengan orang lain.					
13.	Saya bisa menerima kritik dengan sikap yang positif dan tidak merasa terancam.					
14.	Saya khawatir orang-orang tidak menyukai saya karena penampilan atau perilaku saya.					
Emosionalitas (<i>imosionality</i>)						
15.	Saya dapat tetap tenang meskipun menghadapi situasi yang menegangkan.					
16.	Saya sering merasakan jantung berdebar-debar atau keringat dingin saat menghadapi stres.					
17.	Saya jarang merasa cemas secara fisik, bahkan dalam situasi yang sulit.					

18.	Ketika saya merasa cemas, tubuh saya merespon dengan cara yang membuat saya lebih gelisah.					
19.	Saya mampu mengendalikan reaksi fisik saya terhadap stres dan tetap berpikir jernih.					
20.	Saya mudah merasa tegang dan tidak bisa mengontrol reaksi fisik saya saat tertekan.					
21.	Ketika merasa tertekan, saya bisa menemukan cara untuk menenangkan diri dan mengurangi ketegangan.					
22.	Saya sering merasa sangat cemas hingga tubuh saya terasa kaku dan tidak nyaman.					
23.	Saya merasa dapat mengatasi rasa cemas fisik dengan mudah dan kembali fokus pada tugas.					
24.	Reaksi fisik saya terhadap stres sering kali mengganggu aktivitas saya sehari-hari.					
25.	Saya bisa mengatur napas dan menenangkan diri saat merasa cemas.					
26.	Saya merasa gelisah dan sulit tidur saat menghadapi masalah besar.					
27.	Saya merasa lebih rileks ketika berbicara di depan umum.					
28.	Saya sering merasakan perut tidak nyaman ketika merasa khawatir atau tegang.					
Gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (<i>task generated interference</i>)						
29.	Saya dapat menyelesaikan tugas dengan baik meskipun ada banyak pemikiran yang datang.					
30.	Saya sering merasa terlalu tertekan oleh pikiran tentang tugas yang harus saya selesaikan.					
31.	Saya merasa mampu untuk tetap fokus pada tugas dan tidak terlalu terpengaruh oleh kecemasan.					
32.	Kecemasan membuat saya kesulitan untuk fokus dan menyelesaikan tugas dengan baik.					
33.	Meskipun saya memiliki banyak pikiran, saya masih bisa mengelola waktu dan menyelesaikan tugas dengan baik.					
34.	Saya sering merasa kewalahan dengan banyaknya tugas, sehingga sulit untuk memulai atau menyelesaikannya.					
35.	Saya jarang merasa terhambat oleh kecemasan saat menyelesaikan tugas penting.					
36.	Pemikiran tentang tugas sering mengganggu konsentrasi saya, sehingga saya tidak bisa bekerja dengan efisien.					
37.	Saya dapat tetap produktif meskipun terkadang ada rasa cemas tentang tugas yang harus diselesaikan.					
38.	Saya sering merasa stres dan terhambat dalam menyelesaikan tugas-tugas saya karena terlalu banyak kekhawatiran.					

39.	Saya tidak mudah terpengaruh oleh pikiran negatif saat bekerja.					
40.	Saya mudah terdistraksi oleh pikiran negatif saat sedang menyelesaikan tugas.					

Parepare, 10 Oktober 2025

Pembimbing Utama



Dr. Sulvinajayanti, S.Kom., M.I.Kom.

NIP 19880131 201503 2 006

Pembimbing Pendamping



Astinah, M.Psi.

NIP 19910418 202012 2 020



Surat Penetapan Pembimbing Skripsi



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE
 FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
 Jalan Amal Bakti No. 8 Soreang, Kota Parepare 91132 Telpun (0421) 21307, Fax. (0421) 24404
 P.O. Box 909 Parepare 91100 website: www.iainpare.ac.id, email: mail@iainpare.ac.id

Nomor: B-1758/In.39/FUAD.03/PP.00.9/08/2023

31 Agustus 2023

Hal : Surat Penetapan Pembimbing Skripsi

Kepada Yth. Bapak/Ibu:

1. Sulvinajayanti, M.I.Kom.
2. Astinah, M.Psi.

Di-
Tempat

Assalamu'alaikum, Wr.Wb.

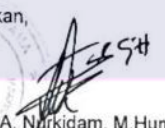
Dengan hormat, menindaklanjuti penyusunan skripsi mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Parepare dibawah ini:

Nama : THALITA ZADA ALMIRA
 NIM : 2020203870232013
 Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
 Judul Skripsi : PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP KECEMASAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA MAHASISWA IAIN PAREPARE

Bersama ini kami menetapkan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing skripsi pada mahasiswa yang bersangkutan.

Demikian Surat Penetapan ini disampaikan untuk dapat dilaksanakan dengan penuh rasa tanggung jawab. Kepada bapak/ibu di ucapkan terima kasih

Wassalamu Alaikum Wr.Wb

Dekan,

 Dr. A. Nurkidam, M.Hum.
 NIP.19641231 199203 1 045

Surat Permohonan Izin Melakukan Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Alamat : Jl. Amal Bakti No. 8, Soreang, Kota Parepare 91132 ☎ (0421) 21307 📠 (0421) 24404
 PO Box 909 Parepare 9110, website : www.iainpare.ac.id email: mail.iainpare.ac.id

Nomor : B-2447/In.39/FUAD.03/PP.00.9/10/2025 16 Oktober 2025
 Sifat : Biasa
 Lampiran : -
 Hal : Permohonan Izin Pelaksanaan Penelitian

Yth. Walikota Parepare
 Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Parepare
 di
KOTA PAREPARE

Assalamu Alaikum Wr. Wb.

Dengan ini disampaikan bahwa mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Parepare :

Nama	: THALITA ZADA ALMIRA. M
Tempat/Tgl. Lahir	: PINRANG, 10 Pebruari 2001
NIM	: 2020203870232013
Fakultas / Program Studi	: Ushuluddin, Adab dan Dakwah / Bimbingan Konseling Islam
Semester	: XI (Sebelas)
Alamat	: JL. KEJAYAAN RAYA NO 11 KEL. GALUNG MALOANG KEC. BACUKIKI

Bermaksud akan mengadakan penelitian di wilayah Walikota Parepare dalam rangka penyusunan Skripsi yang berjudul :

PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP KECEMASAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL MAHASISWA FAKSHI IAIN PAREPARE

Pelaksanaan penelitian ini direncanakan pada tanggal 16 Oktober 2025 sampai dengan tanggal 16 November 2025.

Demikian permohonan ini disampaikan atas perkenaan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Wassalamu Alaikum Wr. Wb.

Dekan,



Dr. A. Nurkidam, M.Hum.
 NIP 196412311992031045

Tembusan :

1. Rektor IAIN Parepare

Page : 1 of 1, Copyright © afs 2015-2025 - (safitri)

Dicetak pada Tgl : 16 Oct 2025 Jam : 15:13:43

Surat Izin Penelitian Dari Dinas Penanaman Modal Pelayanan Terpadu Satu Pintu

SRN IP0000833



PEMERINTAH KOTA PAREPARE
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Jl. Bandar Madani No. 1 Telp (0421) 23394 Faksimile (0421) 27719 Kode Pos 91111, Email : dpmpstp@pareparekota.go.id

IZIN PENELITIAN
Nomor : 833/IP/DPM-PTSP/10/2025

Dasar : 1. Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2002 tentang Sistem Nasional Penelitian, Pengembangan, dan Penerapan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi.
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian.
3. Peraturan Walikota Parepare No. 23 Tahun 2022 Tentang Pendelegasian Wewenang Pelayanan Perizinan dan Non Perizinan Kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.

Setelah memperhatikan hal tersebut, maka Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu :

MENGIZINKAN

KEPADA
NAMA : **THALITA ZADA ALMIRA. M**

UNIVERSITAS/ LEMBAGA : **INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PAREPARE**
Jurusan : **BIMBINGAN KONSELING ISLAM**
ALAMAT : **JL. KEJAYAAN RAYA NO.11, PAREPARE**
UNTUK : melaksanakan Penelitian/wawancara dalam Kota Parepare dengan keterangan sebagai berikut :

JUDUL PENELITIAN : **PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP KECEMASAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL MAHASISWA FAKSHI IAIN PAREPARE**

LOKASI PENELITIAN : **INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PAREPARE**

LAMA PENELITIAN : **20 Oktober 2025 s.d 16 November 2025**

a. Izin Penelitian berlaku selama penelitian berlangsung
b. Izin ini dapat dicabut apabila terbukti melakukan pelanggaran sesuai ketentuan perundang - undangan

20 Oktober 2025

Dikeluarkan di: **Parepare**
Pada Tanggal :



**KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
KOTA PAREPARE**

Hj. ST. RAHMAH AMIR, ST, MM
Pembina Tk. 1 (IV/b)
NIP. 19741013 200604 2 019

Biaya : Rp. 0.00

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1
- Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan **Sertifikat Elektronik** yang diterbitkan BSR-E
- Dokumen ini dapat dibuktikan keasliannya dengan terdaftar di database DPMPSTP Kota Parepare (scan QRCode)





Surat keterangan selesai meneliti



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE
FAKULTAS SYARIAH DAN ILMU HUKUM ISLAM**

Jalan Amal Bakti No. 8 Soreang, Kota Parepare 91132 Telepon (0421) 21307, Fax. (0421) 24404
PO Box 909 Parepare 91100, website: www.iainpare.ac.id, email: mail@iainpare.ac.id

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN PENELITIAN

Nomor: B.2282/ln.39/FSIH.02/PP.00.9/11/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini Dekan Fakultas Syariah dan Ilmu Hukum Islam
Institut Agama Islam Negeri Parepare

Nama : Dr. Rahmawati, M.Ag.
NIP : 19760901 200604 2 001
Pangkat, Gol./Ruang : Pembina / IVa
Jabatan : Dekan
Instansi : Institut Agama Islam Negeri Parepare

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Thalita Zada Almira. M
NIM : 2020203870232013
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Alamat : JL. Kejayaan Raya NO 11 Kel. Galung Maloang Kec.
Bacukiki, Kota Parepare

Adalah benar telah melakukan kegiatan wawancara dan pengumpulan data di Fakultas
Syariah dan Ilmu Hukum Islam Institut Agama Islam Negeri Parepare dalam rangka
penyusunan Skripsi yang berjudul ***"Pengaruh Kepercayaan diri Terhadap
Kecemasan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa FAKSHI IAIN Parepare"*** sejak
tanggal 20 Oktober 2025 sampai tanggal 10 November 2025.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya untuk dipergunakan
sebagaimana mestinya.

Parepare, 10 November 2025
Dekan,

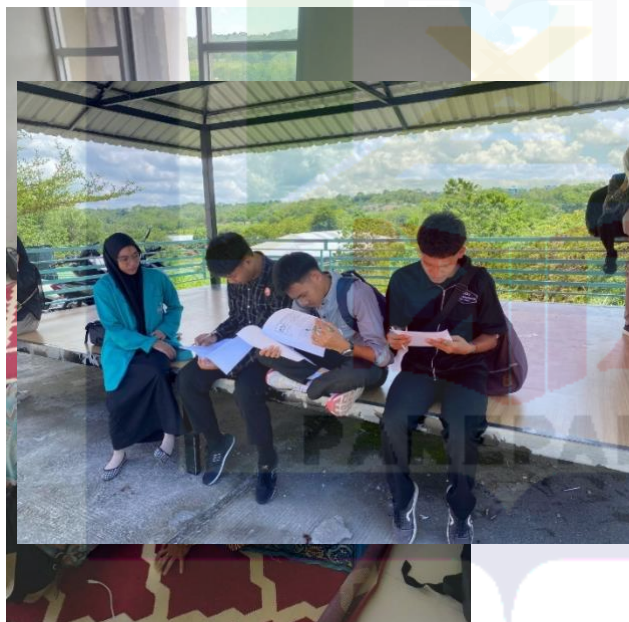


Dr. Rahmawati, M.Ag.
NIP 19760901 200604 2 001



Dokumen ini telah ditanda tangani secara elektronik.
Token : 06T0la1y

Dokumentasi Penelitian



Hasil Uji Validitas Kepercayaan Diri Menggunakan Spss

UJI VALID DAN REALIBI KEPERCAYAAN DIRI.spv [Document2] - IBM SPSS Statistics Viewer

File Edit View Data Transform Insert Format Analyze Graphs Utilities Extensions Window Help

Output Log Correlations Title Notes Active Dataset Correlations Log Reliability Title Notes Scale: ALL VARIABLE Case Process Reliability Statistics

		N	VAR00003	VAR00036	VAR00037	VAR00038	VAR00039	VAR00040	TOTAL
VAR00035	Pearson Correlation	80	.303**	.280	.303**	.342**	.291**	.324**	.285
	Sig. (2-tailed)		.006	.012	.006	.002	.009	.003	.010
	N	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00036	Pearson Correlation	80	.292**	.299**	.411**	.368**	.268**	.307**	.344**
	Sig. (2-tailed)		.009	.007	.000	.001	.016	.006	.002
	N	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00037	Pearson Correlation	80	.373**	.386**	.292**	.335**	.282**	.356**	.268**
	Sig. (2-tailed)		.001	.000	.009	.002	.011	.001	.016
	N	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00038	Pearson Correlation	80	.181	.210	.259	.293**	.147	.210	.245
	Sig. (2-tailed)		.108	.062	.020	.008	.192	.062	.029
	N	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00039	Pearson Correlation	80	.276**	.307**	.272**	.346**	.235**	.134	.216
	Sig. (2-tailed)		.013	.006	.015	.002	.036	.237	.055
	N	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00040	Pearson Correlation	80	.271**	.323**	.424**	.393**	.208	.268**	.357**
	Sig. (2-tailed)		.015	.004	.000	.000	.064	.016	.001
	N	80	80	80	80	80	80	80	80
TOTAL	Pearson Correlation	80	.634**	.686**	.676**	.716**	.612**	.628**	.642**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).
* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

RELIABILITY
/VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009

IBM SPSS Statistics Processor is ready | Unicode ON | 13:56 22/12/2025

UJI VALID DAN REALIBI KEPERCAYAAN DIRI.spv [Document2] - IBM SPSS Statistics Viewer

File Edit View Data Transform Insert Format Analyze Graphs Utilities Extensions Window Help

Output Log Correlations Title Notes Active Dataset Correlations Log Reliability Title Notes Scale: ALL VARIABLE Case Process Reliability Statistics

Correlations

[DataSet0]

		VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007	VAR00008	VAR00009	VAR00010
VAR00001	Pearson Correlation	1	.748**	.640**	.710**	.656**	.544**	.590**	.601**	.497**	.729**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00002	Pearson Correlation	.748**	1	.706**	.694**	.664**	.628**	.648**	.706**	.555**	.669**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00003	Pearson Correlation	.640**	.706**	1	.711**	.593**	.502**	.667**	.588**	.517**	.686**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00004	Pearson Correlation	.710**	.694**	.711**	1	.659**	.559**	.749**	.681**	.572**	.643**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00005	Pearson Correlation	.656**	.664**	.593**	.659**	1	.561**	.628**	.667**	.517**	.557**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00006	Pearson Correlation	.544**	.628**	.502**	.559**	.561**	1	.695**	.760**	.610**	.619**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00007	Pearson Correlation	.590**	.648**	.667**	.749**	.628**	.695**	1	.743**	.632**	.546**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80

IBM SPSS Statistics Processor is ready | Unicode ON | 13:56 22/12/2025

Hasil Uji Validitas Kecemasan Komunikasi Interpersonal

UJI VALID DAN REALIBI KECEMASAAN KOMUNIKASI.spv [Document3] - IBM SPSS Statistics Viewer

File Edit View Data Transform Insert Format Analyze Graphs Utilities Extensions Window Help

Output Log Correlations Title Notes Correlations Log Reliability Title Notes Scale: ALL VARIABLES Case Processing Reliability Statistic

		N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00035	Pearson Correlation		.159	.232 ^{**}	.160	.118	.124	.202	.190	.202	.439 ^{**}	.322 ^{**}	.1		
	Sig. (2-tailed)		.158	.038	.155	.298	.274	.073	.092	.072	.000	.004	.1		
	N		80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00036	Pearson Correlation		.323 ^{**}	.314 ^{**}	.182	.240 [*]	.213	.315 ^{**}	.280 [*]	.292 ^{**}	.296 ^{**}	.296 ^{**}	.2		
	Sig. (2-tailed)		.004	.005	.105	.032	.057	.004	.012	.009	.008	.008	.0		
	N		80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00037	Pearson Correlation		.187	.321 ^{**}	.252 [*]	.178	.182	.226 [*]	.303 ^{**}	.142	.399 ^{**}	.312 ^{**}	.1		
	Sig. (2-tailed)		.097	.004	.024	.115	.106	.044	.006	.208	.000	.005	.0		
	N		80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00038	Pearson Correlation		.482 ^{**}	.345 ^{**}	.339 ^{**}	.314 ^{**}	.228 [*]	.300 ^{**}	.318 ^{**}	.342 ^{**}	.303 ^{**}	.212	.39		
	Sig. (2-tailed)		.000	.002	.002	.005	.042	.007	.004	.002	.006	.059	.0		
	N		80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00039	Pearson Correlation		.218	.287 ^{**}	.275 [*]	.136	.177	.153	.261 [*]	.137	.339 ^{**}	.196	.2		
	Sig. (2-tailed)		.052	.010	.014	.230	.116	.174	.019	.226	.002	.081	.0		
	N		80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00040	Pearson Correlation		.217	.208	.201	.075	.137	.093	.202	.140	.250 [*]	.195	.1		
	Sig. (2-tailed)		.053	.064	.074	.508	.227	.412	.073	.214	.028	.082	.1		
	N		80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
TOTAL	Pearson Correlation		.639 ^{**}	.673 ^{**}	.597 ^{**}	.562 ^{**}	.584 ^{**}	.641 ^{**}	.649 ^{**}	.608 ^{**}	.620 ^{**}	.597 ^{**}	.63		
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.0		
	N		80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).
* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

RELIABILITY
/VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009

IBM SPSS Statistics Processor is ready Unicode ON 13:57 22/12/2025

UJI VALID DAN REALIBI KECEMASAAN KOMUNIKASI.spv [Document3] - IBM SPSS Statistics Viewer

File Edit View Data Transform Insert Format Analyze Graphs Utilities Extensions Window Help

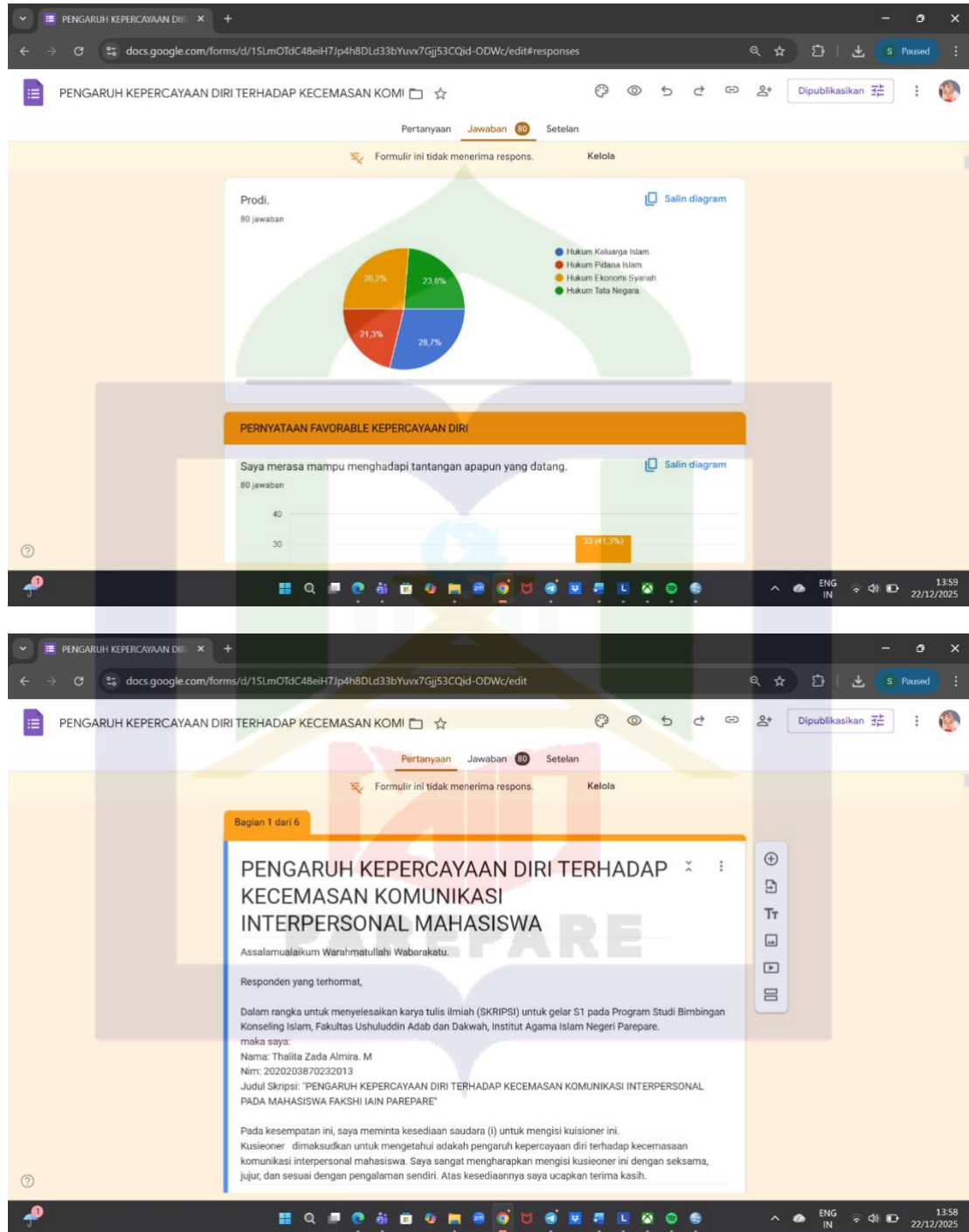
Output Log Correlations Title Notes Correlations Log Reliability Title Notes Scale: ALL VARIABLES Case Processing Reliability Statistic

Correlations

		VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007	VAR00008	VAR00009	VAR00010	VAR00011
VAR00001	Pearson Correlation	1	.740 ^{**}	.661 ^{**}	.670 ^{**}	.708 ^{**}	.706 ^{**}	.619 ^{**}	.677 ^{**}	.467 ^{**}	.488 ^{**}	.75
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.0
	N		80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00002	Pearson Correlation		1	.610 ^{**}	.682 ^{**}	.708 ^{**}	.760 ^{**}	.564 ^{**}	.611 ^{**}	.488 ^{**}	.562 ^{**}	.72
	Sig. (2-tailed)			.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.0
	N		80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00003	Pearson Correlation			1	.573 ^{**}	.577 ^{**}	.607 ^{**}	.670 ^{**}	.569 ^{**}	.532 ^{**}	.442 ^{**}	.66
	Sig. (2-tailed)				.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.0
	N		80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00004	Pearson Correlation				1	.689 ^{**}	.649 ^{**}	.661 ^{**}	.572 ^{**}	.331 ^{**}	.513 ^{**}	.69
	Sig. (2-tailed)					.000	.000	.000	.000	.003	.000	.0
	N		80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00005	Pearson Correlation					1	.712 ^{**}	.655 ^{**}	.599 ^{**}	.420 ^{**}	.598 ^{**}	.66
	Sig. (2-tailed)						.000	.000	.000	.000	.000	.0
	N		80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00006	Pearson Correlation						1	.645 ^{**}	.712 ^{**}	.537 ^{**}	.605 ^{**}	.69
	Sig. (2-tailed)							.000	.000	.000	.000	.0
	N		80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00007	Pearson Correlation							1	.756 ^{**}	.511 ^{**}	.596 ^{**}	.67
	Sig. (2-tailed)								.000	.000	.000	.0
	N		80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
VAR00008	Pearson Correlation								1	.576 ^{**}	.541 ^{**}	.61
	Sig. (2-tailed)									.000	.000	.0
	N		80	80	80	80	80	80	80	80	80	80

IBM SPSS Statistics Processor is ready Unicode ON 13:56 22/12/2025

Form Responden



Hasil Turnitin

0_X7sMjuKS-5_6215334447777061668.docx

ORIGINALITY REPORT

33%

SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

1	repositori.uin-alauddin.ac.id Internet	273 words — 4%
2	lib.unnes.ac.id Internet	165 words — 2%
3	www.konsultanpsikologijakarta.com Internet	148 words — 2%
4	eprints.uny.ac.id Internet	141 words — 2%
5	repository.iainpare.ac.id Internet	122 words — 2%
6	eprints.radenfatah.ac.id Internet	108 words — 2%
7	irje.org Internet	103 words — 1%
8	journal.universitaspahlawan.ac.id Internet	89 words — 1%
9	journal.iainsinjai.ac.id Internet	84 words — 1%
10	repository.uin-suska.ac.id Internet	75 words — 1%

BIODATA PENULIS



Thalita Zada Almira. M, lahir di Pinrang pada tanggal 10 Februari 2001. Penulis merupakan anak ketiga dari 4 bersaudara, dari pasangan Mustaming Takka Bc, Ku (Alm) dan Herni Djura Hamzah. penulis memulai riwayat pendidikan di Tk Aisyiyah 5 Bustanul Athfal Kota Parepare pada tahun 2006-2007, kemudian melanjutkan Sekolah Dasar di Sd Negeri 85 Parepare pada tahun 2007-2013, selanjutnya melanjutkan pendidikan tingkat Sekolah Menengah Pertama di Mts DDI LIL-Banat Parepare pada tahun 2013-2016. penulis melanjutkan pendidikan tingkat Sekolah Menengah Atas pada SMA Negeri 1 Parepare pada

tahun 2016-2019. selanjutnya penulis melanjutkan pendidikan tingkat tinggi di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare dengan memilih program studi Bimbingan Dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab, Dan Dakwah.

Dalam perjalanan studinya di kampus IAIN Parepare, penulis pernah mengikuti program magang Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) di Kementerian Agama Kota Parepare selama 3 Bulan 14 Hari, dan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Pandung Batu, Kecamatan Baraka, Kabupaten Enrekang, Sulawesi Selatan.

Dalam rangka menyelesaikan studi pada perguruan tinggi dan memperoleh gelar sarjana sosial (S.Sos) pada program studi strata 1 Bimbingan Konseling Islam, penulis mengajukan penelitian skripsi dengan judul "Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Fakshi Iain Parepare"

