

Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Pada Saat Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa di Universitas HKBP Nommensen Medan

Dewi Polorida P. Sigalingging¹, Nancy Naomi Gabe Aritonang²

^{1,2} Universitas HKBP Nommensen Medan

e-mail: dewi.sigalingging@student.uhn.ac.id¹, nancyaritonang@uhn.ac.id²

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada saat berbicara di depan umum pada Mahasiswa di universitas HKBP Nommensen Medan. Subjek Penelitian ini berjumlah 263 mahasiswa/i dan memenuhi karakteristik yang telah ditentukan. Metode dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Variabel Bebas (X) adalah Kepercayaan diri dan Variabel Terikat (Y) Kecemasan berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Lauster (2002) dan Skala kecemasan yang disusun berdasarkan Nevid (2005). Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa/i di Universitas HKBP Nommensen Medan. Total populasi Mahasiswa/i di Universitas HKBP Nommensen Medan adalah 8.793 orang. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan pada 263 Mahasiswa diketahui bahwa nilai tingkat signifikansi sebesar $0.019 < 0,05$ yang artinya dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan negative yang cukup kuat dan signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Hasil analisis ini juga menunjukkan bahwa nilai pearson correlation dari variabel Penelitian sebesar $r = 0.142$ yang berarti bahwa korelasi antar variabel kepercayaan diri dengan kecemasan adalah negative. Hasilnya berarti ada hubungan yang mana semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum, begitu juga dengan sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum.

Kata kunci: *Kepercayaan diri, Kecemasan, Mahasiswa/i.*

Abstract

This research aims to determine whether there is a relationship between self-confidence and anxiety when speaking in public among students at HKBP Nommensen University, Medan. The subjects of this research were 263 students and met the specified characteristics. The method in this research uses a quantitative approach. The independent variable (X) is self-confidence and the dependent variable (Y) is anxiety based on aspects proposed by Lauster (2002) and the anxiety scale compiled based on Nevid (2005). The population in this study were students at HKBP Nommensen University, Medan. The total student population at HKBP Nommensen University in Medan is 8,793 people. Based on the results of hypothesis testing carried out on 263 students, it is known that the significance level value is $0.019 < 0.05$, which means that it can be said that there is a fairly strong and significant negative relationship between self-confidence and anxiety about speaking in public. The results of this analysis also show that the Pearson correlation value of the research variable is $r = 0.142$, which means that the correlation between the variables self-confidence and anxiety is negative. The results mean that there is a relationship where the higher the self-confidence, the lower the anxiety about speaking in public, and vice versa, the lower the self-confidence, the higher the level of anxiety about speaking in public.

Keywords: *Self-confidence, Anxiety, Students.*

PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak bisa hidup seorang diri. Manusia selalu memerlukan orang lain untuk berinteraksi. Salah satu bentuk interaksi yang paling sering dilakukan oleh manusia ialah dengan berkomunikasi. Manusia dalam kehidupan sehari-hari melakukan komunikasi tanpa menggunakan teori dan metode tertentu, di antaranya bahkan mampu berkomunikasi dengan sangat baik, sehingga semua pesan yang ingin disampaikan mudah untuk dipahami. Kemampuan berkomunikasi yang baik dapat menjadi bekal untuk karier pribadi dan sosial. Salah satu kemampuan berkomunikasi adalah kemampuan berbicara di depan umum. Berbicara adalah cara seseorang berkomunikasi dengan orang lain untuk menyampaikan sesuatu yang diinginkan. Komunikasi bisa dilatih dan juga diasah secara terus menerus selama masa perkuliahan dan menjadi bekal ketika sudah menjadi guru nantinya. Komunikasi yang baik dalam proses perkuliahan di kampus yakni adanya hubungan yang baik antara dosen dan mahasiswa sehingga proses perkuliahan dapat berjalan dengan lancar.

Mahasiswa secara umum merupakan subjek yang berpotensi untuk mengembangkan pola kehidupannya, dan sekaligus menjadi objek dalam keseluruhan bentuk aktivitas dan kreativitasnya sehingga diharapkan mampu menunjukkan kualitas daya yang dimilikinya (Baharuddin & Makin, 2004). Sehubungan dengan ini perlu disadari bahwa salah satu kemampuan yang harus dikuasai mahasiswa adalah kemampuan berkomunikasi di depan umum agar mahasiswa bisa mempersiapkan diri dalam menghadapi dunia kerja maupun perkuliahan nantinya. Hal ini sesuai dengan pernyataan Bodie (2010) yang menyatakan bahwa kompetensi dalam berbicara di depan umum sangat penting bagi keberhasilan mahasiswa baik di dalam maupun di luar kelas, karena berbicara di depan umum adalah bagian penting dari tanggung jawab perguruan tinggi dan pekerjaan. Hal serupa juga dikemukakan oleh Monarth dan Kase (2016) yang menyatakan bahwa salah satu kompetensi yang harus dimiliki oleh mahasiswa yaitu kemampuan berbicara di depan publik. Dimana, kemampuan tersebut sangat mendukung mahasiswa dalam melakukan perkuliahan, presentasi ujian skripsi ataupun dalam berorganisasi. Salah satu masalah yang terjadi dihadapi mahasiswa ketika berbicara di depan umum yaitu timbulnya rasa takut serta gagal menyampaikan isi pemikirannya secara lisan. Ketika berbicara di depan umum, mereka dituntut agar berani berbicara dengan menyampaikan informasi dengan sejelas-jelasnya. Hal tersebut membuat mahasiswa menimbulkan perasaan cemas (Bayhaqi, dkk. 2017)

Perasaan cemas ini terjadi karena adanya rasa khawatir individu mendapat evaluasi atau kritikan dari orang lain terhadap apa yang disampaikannya. Bagi orang-orang yang memiliki kecemasan berbicara di depan umum, hal ini tentu saja merupakan tantangan yang paling berat dan menakutkan, karena mereka berada pada keadaan yang tidak nyaman.

Kecemasan berbicara di depan umum dapat dialami oleh semua orang, termasuk mahasiswa. Mahasiswa sebagai calon sarjana dituntut untuk bisa melakukan komunikasi dengan baik. Tidak semua mahasiswa mempunyai kemampuan komunikasi yang baik. Terutama mahasiswa yang masih berada di semester awal atau mahasiswa baru. Mereka harus menyesuaikan dengan lingkungan baru yang tentunya sangat berbeda dengan lingkungan sekolah sebelumnya. Jika pada proses pembelajaran saat mereka masih di bangku sekolah menengah/kejuruan, guru yang menjelaskan semua materi, berbeda dengan perkuliahan yang menuntut mahasiswa untuk lebih mandiri, aktif, kritis serta kreatif dalam berbicara menyampaikan gagasan di dalam kelas. Berdiskusi dan Tanya jawab dalam kelas, mengharuskan mahasiswa mempunyai kemampuan komunikasi dan berbahasa yang baik.

Nevid, dkk (2005) menjelaskan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri-ciri seperti keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Kecemasan merupakan variabel penting dalam sebagian besar teori kepribadian. Poin yang saling bertentangan, menjadi bagian yang tak terhindarkan dari kehidupan, kecemasan sering dianggap sebagai komponen utama dari aspek kepribadian (Karuawan, 2019). Kecemasan yang dapat terjadi ketika berbicara di depan umum dalam kondisi yang berbeda serta baru, menjadikan individu menjadi cemas (Muslimin, 2013).

Terjadinya kendala dalam berkomunikasi mempunyai arti berbeda karena adanya penyimpangan pesan, yang menjadikan terhalangnya penerima pesan (Chandra, 2015). Salah satu sebab tidak terjadinya komunikasi yang intensif pada individu adalah adanya gejala kecemasan komunikasi (*Communication Apprehension*). Individu dapat dikatakan mengalami kecemasan ketika individu tersebut mengalami suatu kondisi adanya tekanan dalam diri akibat tuntutan yang berasal dari dalam diri maupun lingkungannya. Kecemasan berbicara didepan umum adalah salah satu bagian dari communication apprehension, communication apprehension merupakan kecemasan yang dapat terjadi dalam situasi apapun (Gamble, 2005). Salah satu bentuk kecemasan dalam berkomunikasi adalah saat melakukan presentasi maupun diskusi, saat di depan kelas kebanyakan merasa kurang percaya diri.

Kepercayaan diri merupakan sikap atas kemampuan diri sendiri dalam tindakan-tindakannya, dapat merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, dapat menerima dan menghargai orang lain, serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangannya (Lauster, 2002). Selain itu kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, dikarenakan dengan kepercayaan diri seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi yang ada pada dirinya. Selain itu rasa percaya diri juga dapat membantu seseorang apabila berhadapan dengan ketidakpastian, membantu melihat tantangan-tantangan sebagai kesempatan-kesempatan mengambil resiko yang dapat diperhitungkan, dan membuat keputusan dengan tepat (Davies, 2004).

Selanjutnya Menurut Ghufroon (dalam Nasution et al 2020) kepercayaan diri merupakan kemampuan individu dalam mengatasi suatu masalah dengan situasi terbaik dan. Selain itu, Lauster juga berpandangan kepercayaan diri didapat dari pengalaman hidup juga. Kepercayaan diri didefinisikan sebagai pengakuan individu atas kemampuannya sendiri, mencintaidirinya sendiri dan menyadari emosinya sendiri. Rasa percaya diri juga bisa digambarkan sebagai perasaan baik sebagai hasil dari memperdalam emosi positif. Sementara itu, keadaan perasaan baik dapat dijelaskan sebagai kesepakatan dengan diri sendiri dan dengan orang-orang di sekitar (Susanto, 2018).

METODE

Metode penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Pendekatan kuantitatif menurut Sugiyono (2013) variabel penelitian didefinisikan sebagai suatu atribut yang memiliki variasi yang diperoleh dari subjek, obyek, atau kegiatan yang dapat dipelajari dan diteliti untuk dapat dibuat kesimpulannya.

Identifikasi variabel pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel terikat atau dependent variable (Y): Kecemasan
2. Variabel Bebas atau independent variable (X): Kepercayaan Diri

Partisipan Penelitian

Populasi dalam penelitian adalah wilayah yang ingin diteliti oleh peneliti. Sugiyono (2011) mengatakan bahwa Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Pendapat tersebut menjadi salah satu acuan bagi penulis untuk menentukan populasi. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi objek penelitian adalah Mahasiswa di Universitas HKBP Nommensen Medan dengan usia 18-25 tahun sesuai data yang ada di W1 8.793 orang.

Instrumen Pengukuran

Dalam penelitian ini terlebih dahulu peneliti melakukan uji coba alat ukur. Uji coba ini dilakukan validitas dan reliabilitas dari skala yang disusun sebagai pengumpulan data penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan uji coba kepada 50 Mahasiswa/i Universitas HKBP Nommensen Medan tahun 2023. Setelah dilakukan uji coba, kemudian hasilnya akan dianalisis untuk mengetahui validitas dan reliabilitas menggunakan bantuan program *IBM SPSS Statistic 20*, dan kemudian dari hasil analisis dan reliabilitas kedua skala yang telah diuji coba peneliti maka peneliti menyusun item-item yang telah lolos uji coba.

Berdasarkan hasil perhitungan komputerisasi yang dilakukan melalui program IBM SPSS statistic 20, peneliti akhirnya mendapatkan hasil reliabilitas untuk skala Kepercayaan Diri tersebut dan jumlah item skala Kepercayaan Diri yang gugur sebanyak 6 item sehingga jumlah item yang pada awalnya sebanyak 25 item, tersisa menjadi sebanyak 19 yang lulus uji coba. Skala yang digunakan untuk mengukur Kecemasan yang disusun berdasarkan aspek Nevid (2005) Skala kecemasan dibuat dengan menggunakan format skala likert. Penilaian skala kecemasan didasari dengan 4 pilihan jawaban dan dipisahkan menjadi pernyataan *favorable* dan *unfavorable* yaitu Sangat Setuju (SS) Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

Selanjutnya Berdasarkan hasil perhitungan komputerisasi yang dilakukan melalui program IBM SPSS statistic 20, peneliti akhirnya memperoleh hasil reliabilitas untuk skala Kecemasan tersebut dan jumlah item skala kecemasan tidak ada yang gugur. Skala yang digunakan untuk mengukur Kelekatan yang disusun berdasarkan aspek Lauster (2002). Kepercayaan Diri dibuat dengan menggunakan format skala likert. Penilaian skala Kelekatan didasari dengan 4 pilihan jawaban dan dipisahkan menjadi pernyataan *favorable* dan *unfavorable* yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S). Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

Sebelum melakukan uji hipotesis, dilakukan uji asumsi yang terdiri dari uji Normalitas. Perhitungan analisis data menggunakan program komputer Statistical Product and Service Solution (SPSS).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Uji Normalitas

| Variabel | K-S | Sig | Keterangan |
|------------------|-------|-------|------------|
| Kepercayaan diri | 0.035 | 0.087 | Normal |
| kecemasan | 0.064 | 0.063 | Normal |

Berdasarkan hasil pengujian normalitas pada Tabel 4.13 diketahui Hasil uji normalitas pada variabel kepercayaan diri dalam penelitian ini diperoleh $0,035 > 0,05$ dan untuk variabel kecemasan sebesar $0,060 > 0,05$, maka sebaran dalam penelitian ini dikatakan data berdistribusi normal.

Tabel 2. Uji Linearitas

| Variabel | F | Sig | Keterangan |
|-------------------------------|-------|-------|------------|
| Kepercayaan diri kecemasan | 5.570 | 0.019 | Linear |

Dari data tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai F hitung sebesar 5,570 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,019 lebih kecil dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada responden Penelitian.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada Mahasiswa di Universitas HKBP Nommensen Medan. Hasil analisis data terhadap kedua variabel tersebut dilakukan dengan uji kolerasi pearson product moment. Dapat diketahui berdasarkan hasil uji kolerasi bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada Mahasiswa di Universitas HKBP Nommensen Medan. Hasil pengujian kolerasi antara kepercayaan diri dengan kecemasan yang menunjukkan nilai $r = 0.142$ dengan $p = 0,019 (< 0,05)$ yang berarti hipotesis penelitian diterima, yang artinya semakin tinggi kepercayaan diri, maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi tingkat

kecemasan berbicara di depan umum pada Mahasiswa. Dengan demikian, hipotesis yang telah diajukan oleh peneliti diterima.

Berdasarkan kategorisasi aspek-aspek Kepercayaan diri nilai tertinggi ditemukan pada aspek bertanggung jawab sebanyak 135 orang (49%) pada kategorisasi tinggi, hal ini menggambarkan bahwa subjek memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi dalam dirinya, didukung dengan Pendapat Lauster (2002) yang mengatakan bahwa Seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan memiliki sikap bertanggung jawab, yaitu kesediaan untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya. Selanjutnya untuk kategorisasi aspek kepercayaan diri rendah ditemukan pada aspek objektif sebanyak 1 orang, pada aspek kecemasan dengan kategorisasi paling tinggi/paling banyak berada pada aspek behavioral dengan kognitif sebanyak 30 orang (11%) hal ini menggambarkan bahwa subjek menunjukkan perilaku yang cenderung menghindari pada orang lain, khawatir tentang sesuatu hal yang mengerikan akan terjadi tanpa penjelasan yang jelas, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah dan sangat sulit untuk memfokuskan pikiran hal ini juga sesuai dengan Pendapat Nevid dkk (2005) yang mengatakan bahwa kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan emosi yang dialami oleh seseorang. Secara umum indikator-indikator yang menyebabkan timbulnya kecemasan adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi tingkat religiusitas yang rendah, rasa pesimis, takut gagal, pengalaman negatif masa lalu, dan pikiran yang tidak rasional.

Variabel kepercayaan diri yang berada pada kategorisasi tinggi sebanyak 135 (49,3%), kategorisasi sedang sebanyak 139 (50,7%), Secara umum subjek memiliki kepercayaan diri yang tergolong sedang. Variabel kecemasan yang berada pada kategorisasi tinggi sebanyak 37 (13,5%), kategorisasi sedang 85(31,0%) dan kategorisasi rendah 152 (55,5). Secara umum subjek memiliki kecemasan yang tergolong rendah.

SIMPULAN

Hasil Penelitian ini menunjukkan hipotesis yang diajukan diterima. dimana berdasarkan hasil uji kolerasi bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada Mahasiswa di Universitas HKBP Nommensen Medan. Hasil pengujian kolerasi antara kepercayaan diri dengan kecemasan yang menunjukkan nilai $r = 0.142$ dengan $p = 0,019$ ($< 0,05$) yang berarti hipotesis penelitian diterima, yang artinya semakin tinggi kepercayaan diri, maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada Mahasiswa. Dengan demikian, hipotesis yang telah diajukan oleh peneliti diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin Mulyana. (2022). Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Stambuk 2018 Institut Agama Islam Negeri Takengon Aceh Tengah. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
- Asrifa dkk. (2021). Hubungan dukungan orang tua dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal bimbingan konseling islam, vol.2 (No.1)* Universitas Sultan Agung Tirtayasa.
- Davies, and Paul Beynon, 2004, "Database Systems Third Edition", Palgrave Macmillan, New York.
- Dewi, A. P., & Andrianto, S. (2006). Hubungan antara pola pikir dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Fakultas Keguruan.Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya UII, 1-25.
- Endang, Mulyatiningsih. (2012). Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan. Bandung: Alfabeta.

- Fajrin, Aulia, Gardina. 2022. Hubungan Efikasi Diri dan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Surabaya. Skripsi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Freud, Sigmund. (2006). Pengantar umum psikoanalisis. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Gamble, T. Kwal. 2005. Communication Work. New York: The McGraw-Hill Companies.
- Ghufron & Risnawita. (2011). Teori-Teori Psikologi. Yogyakarta: Ar-Ruzz Madia.
- Hakim, T. (2002). Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri. Jakarta: Puspa Swara.
- Imron. (2019). Analisa Pengaruh Kualitas Produk Terhadap Kepuasan Konsumen Menggunakan Metode Kuantitatif Pada CV. Meubele Berkah Tangerang. *Jurnal on software engineering, vol.5(No.1)*. Universitas Bina sarana Informatika.
- Iskandar. (2009). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Gunung Persada Press.
- Rutoto, Sabar. (2007). *Pengantar Metodologi Penelitian*. FKIP: Universitas Muria.
- Jannah Miftahul dkk. *Perkembangan Usia Dewasa: Tugas dan Hambatan Pada Korban Konflik Pasca Damai*. Universitas Islam Negeri AR-Raniry Banda Aceh Indonesia .
- Lautser. (2002). Tes Kepribadian (alih bahasa : D.H. Gulo). Jakarta : PT. Bumi Aksara.
- Lauster, P. (2002). The Personality Test. London: Part Book.
- Lauster, p. (2002). Tes kepribadian ,terjemahan: D.H Gulo. Jakarta : Bumi Aksara.
- Nevid, J.S., Rathus, S.A., et al. 2005. Psikologi Abnormal, Fifth Edition. Penerjemah (Tim Fakultas Psikologi UI: Murad, J. dkk). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Nasution Adinda Tria Meiriza. (2008). Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan menghadapi dunia kerja. *Jurnal psikologi Indonesia, vol.5(No 8)*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Meliala Sinarsi. (2021). Pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa PGSD tingkat ahir. *Jurnal psychomutiara, vol. 4 (No.2)* Universitas Sari Mutiara Indonesia.
- Mutmainah, Siti. 2016. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di depan Umum pada mahasiswa BPI. Eprint Walisongo.
- Mudofir, Syamsul. (2020). *Jurnal of multidisciplinary studies, vol.4(No.2)* Universitas IAIN Surakarta
- Putri Fernanda Alifia. (2019). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *Journal of school counseling, vol.3(No.2)*. Universitas Negeri Padang
- Saputri, fiska, Velda. (2017). Hubungan Antara Konsep Diri dan Kecemasan Berbicara Didepan Umum Pada Siswa Kelas XI SMA N. 3 Sukoharjo. *Jurnal Empati, vol.6 (1)*
- Semiun, Yustinus. 2006. Kesehatan Mental 1. Yogyakarta: Kanisius.
- Stuart, G.W. (2013). Buku Saku Keperawatan Jiwa, ed 5. EGC, Jakarta.
- Sugiharta Chandra Prasetya. (2016). Hubungan Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Di depan Umum Pada Mahasiswa PGSD Ngaliyan Universitas Negeri Semarang. Skripsi fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
- Sugiyono (2011). Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D. Alfabeta.
- Sugiyono. 2008. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung : ALFABETA.
- Setyorini, Sumardjono, Kristanto Hary Pindho. (2014). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyusun proposal skripsi. *Jurnal Bimbingan dan konseling, vol, 30(No 10)*. Universitas Kristen Satya Wacana.
- Widrayanto Yustinus dkk. (2019). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Progd Pendidikan Sejarah uksw salatiga. *Jurnal Psikologi Konseling, vol.15(No.2)*. Universitas Kristen Satya Salatiga.