

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan tempat untuk meningkatkan mutu sumber daya manusia (SDM). Peningkatan mutu SDM akan tercapai jika ada arahan maupun tujuan yang jelas terkait dengan pelaksanaan pendidikan. Tidak ada perilaku pendidikan yang dilahirkan oleh proses komunikasi, baik komunikasi verbal, nonverbal, maupun komunikasi melalui media pembelajaran. Bidang pendidikan tidak akan bisa berjalan tanpa dengan dukungan komunikasi (Jourdan dalam Yusuf, 1990). Komunikasi menggambarkan bagaimana seseorang memahami, melihat, mendengar, dan merasakan tentang dirinya (*sense of self*) serta bagaimana cara individu tersebut berinteraksi dengan lingkungan, dari mengumpulkan dan mempresentasikan informasi, hingga menyelesaikan konflik. Berbicara, mendengar, dan kemampuan memahami media (*media participant*) yang kompeten dalam berbagai *setting* lingkungan, seperti dalam situasi personal dan sosial.

Salah satu jenis emosi yang sering dialami oleh siswa ialah cemas, realitas dilapangan menunjukan bahwa tiap tahun jumlah siswa yang mengalami kecemasan semakin meningkat. Kecemasan yang berlebihan pada siswa akan mengakibatkan dirinya bisa mengalami kegagalan yang menyebabkan ia menjadi pesimis, mempunyai harga diri kurang, putus asa, frustasi, tidak dapat bertindak efektif dan tidak dapat mencapai prestasi yang optimal. Siswa yang memiliki tingkat kecemasan yang tinggi akan merasakan bahwa kegiatan belajar mengajar merupakan

suatu kegiatan yang mengancam dirinya. Hal ini menyebabkan konsentrasi belajarnya terganggu itu justru akan membuat dampak psikologis pada seluruh komponen di sekolah yang bersangkutan.

Kecemasan saat berbicara di depan kelas adalah keberadaan orang lain yang mana beranggapan salah mengenai khalayak menjadi 'hantu' yang menakutkan dalam pikiran. Kecemasan berbicara di depan kelas adalah sebuah keadaan yang wajar saja terjadi, bahkan dikatakan sebagai bagian dari pengalaman berbicara di depan publik. Namun ketika kecemasan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap performa seseorang barulah hal ini menjadi masalah. Karena ketika performa individu terganggu, hal tersebut menunjukkan ketidakmampuan diri dalam menghadapi situasi.

Perasaan cemas ini muncul karena takut secara fisik terhadap pendengar, yaitu takut ditertawakan orang, takut bahwa dirinya akan menjadi tontonan orang, takut bahwa apa yang akan dikemukakan mungkin tidak pantas untuk dikemukakan, dan rasa takut bahwa mungkin dirinya akan membosankan. (Osborne (2004:127))

Dalam penelitian Dewi & Andrianto (2007) ditemukan bahwa enam dari tujuh orang mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Purwokerto angkatan 2001 yang mereka wawancarai mengalami kecemasan pada saat melakukan persentasi. Keenam mahasiswa tersebut mengakui adanya perasaan takut dan khawatir ketika membawakan persentasi. Motley (1995) juga menyatakan bahwa sekitar 85% dari kita mengalami kecemasan yang tidak menyenangkan berkenaan dengan berbicara di depan kelas

tersebut. Pada 15% sampai 20% mahasiswa America, ketakutan ini melemahkan dan sangat mengganggu pekerjaan individu.

Penelitian Zimbardo pada Universitas Stanford di California, AS (Rakhmat, 2006: 98) menyatakan kecemasan membuat individu merasa rendah diri, meremehkan diri sendiri, menganggap dirinya tidak menarik dan menganggap dirinya tidak menyenangkan untuk orang lain. Individu yang cenderung mengalami kecemasan yang ditandai dengan ketegangan otot dan adanya tingkat kewaspadaan yang sangat tinggi. Kemudian, individu tersebut akan menolak untuk bersosialisasi dengan orang lain, keadaan individu akan membaik ketika ketegangannya berkurang.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Suwandi (2004:45) di Fakultas Teologi Universitas Sanata Darma, 32,8% mahasiswa mengalami kecemasan yang sedang, 48,3% mahasiswa mengalami kecemasan yang tinggi dan 12,1% mahasiswa mengalami kecemasan yang sangat tinggi dalam situasi berbicara di depan kelas. Berdasarkan hasil penelitian Rahayu, dkk (2001:38) pada mahasiswa Akta IV UIN Malang menghasilkan dari 45,56% mahasiswa mempunyai kecemasan yang tinggi, 5,27% mahasiswa mempunyai kecemasan yang sedang, dan 20,23% mahasiswa mempunyai kecemasan yang rendah dalam hal berbicara di depan kelas. Flax (dalam Tilton, 2002:15-19) menyatakan bahwa berdasarkan penelitian terakhir, masyarakat Amerika menggolongkan berbicara di depan kelas sebagai ketakutan terbesar mereka. Tilton (2002:15-19) menambahkan dalam kenyataannya, banyak individu yang menyatakan lebih takut berbicara di depan kelas dibanding ketakutan lainnya seperti kesulitan ekonomi, menderita penyakit.

Menurut Bandura (1997) berpendapat bahwa individu yang mengalami kecemasan berbicara menunjukkan ketakutan dan perilaku menghindar yang sering mengganggu performansi dalam kehidupan mereka, begitu pula dalam situasi akademis. Lebih lanjut, Eliot, dkk (2000) menyatakan bahwa siswa sering mengalami kecemasan saat akan menghadapi ujian ataupun pada saat harus berbicara di depan orang banyak, dan kecemasan tersebut akan mempengaruhi performansinya. Ericson dan Gardner (dalam Tunsey, 2000) menambahkan bahwa kecemasan terbukti menimbulkan banyak efek yang merugikan terhadap siswa

Individu yang cemas dan pemalu secara sosial cenderung untuk menarik diri dan tidak efektif dalam interaksi sosial, ini dimungkinkan karena individu tersebut mempersepsi akan adanya reaksi negatif, kecemasan merupakan suatu kekurangan dalam hubungan sosial, karena individu yang gugup (*nervous*) dan terhambat mungkin menjadi kurang efektif secara sosial. Kecemasan berbicara umum di depan kelas yang terjadi pada diri individu bisa disebabkan oleh berbagai macam hal. Ketika merasa cemas ataupun ketika dihadapi dengan situasi-situasi yang menekan, individu akan mengalami gejala-gejala fisik maupun psikologis. Nevid, dkk (2005:20) menyatakan bahwa kecemasan berbicara di depan kelas biasanya ditandai dengan gejala fisik seperti tangan berkeringat, jantung berdetak lebih cepat dan kaki gemeteran. Girtomer dan Plourde (dalam Boyce, dkk, 2007:20) menambahkan bahwa mual, berkeringat, lutut lemas, dan mulut kering adalah symbol-simbol yang diasosiasikan dengan ketakutan saat berdiri dihadapan publik.

Kecemasan yang terjadi pada diri individu akan membuat individu tersebut merasa rendah diri, meremehkan diri sendiri, menganggap dirinya tidak menarik

dan menganggap dirinya tidak menyenangkan untuk orang lain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa individu yang cenderung mengalami kecemasan yang ditandai dengan ketegangan otot dan adanya tingkat kewaspadaan yang sangat tinggi. Kemudian, individu akan membaik ketika ketegangannya berkurang (Teichman, 1974:23).

Samping itu, kecemasan berbicara di depan kelas juga ditandai dengan adanya gejala-gejala psikologis, seperti takut akan melakukan kesalahan, tingkahlaku yang tidak tenang, dan tidak berkonsentrasi dengan baik (Matindas, 2001). Individu yang merasa cemas baik secara psikis maupun biologis, dalam dirinya akan terjadi gangguan antisipasi atau harapan pada masa yang akan datang. Keadaan ini ditandai akan adanya rasa khawatir, gelisah dan perasaan akan terjadi suatu hal yang tidak menyenangkan dan individu menjadi tidak mampu menemukan penyelesaian terhadap masalahnya (Hurlock, 1997).

Kecemasan berbicara di depan kelas tergolong pada kriteria *fobia social* maupun gangguan kecemasan social. Kondisi tersebut ditandai dengan ketakutan dalam menunjukkan performansi maupun situasi interaksionalnya dengan orang lain. Kondisi tersebut berimplikasi terhadap kualitas kehidupan individu, mempengaruhi fungsi social dan relasi dengan komunitasnya.

Permasalahan yang kerap terjadi pada siswa selama pembelajaran berbicara secara langsung adalah munculnya sifat negatif dalam diri siswa ketika dituntut untuk dapat tampil menyampaikan idenya di depan kelas. Keengganan beberapa siswa terutama tergolong pasif dalam diri siswa untuk mengungkapkan ide-idenya menciptakan suasana belajar yang monoton dan pasif. Pembelajaran yang tidak didukung oleh partisipasi siswa dapat berakibat pada terhambatnya

kreativitas siswa selama pembelajarann berbicara langsung. Keterlibatan siswa selama proses pembelajaran sebagai upaya menciptakan konisi belajar yang menyenangkan dan menuntut siswa berperan aktif selama pembelajaran. Rasa takut, cemas, dan tegang sering kali muncul ketika seorang indiviu harus berbicara di depan kelas yang menyebutkan istilah kecemasan berbicara di depan kelas.

Berdasarkan hasil observasi peneliti di SMA Negeri 4 Medan, terdapat siswa yang mengalami kecemasan berbicara. Baik faktor yang mempengaruhi kecemasan berbicara ini disebabkan faktor dari dalam diri maupun faktor dari luar diri siswa. Termasuk yang penulis peroleh berdasarkan hasil *sharing* pendapat dari guru bimbingan dan konseling. Terdapat siswa yang mengalami kecemasan berbicara di depan kelas seperti gugup saat ingin tampil di depan kelas atau di podium, tidak berani mengungkapkan pendapatnya saat di depan kelas, gelisah saat tampil, sering lupa tentang bahan persentasi yang sudah dihapal di rumah dan tidak mau berbicara dengan teman-temannya. hasil observasi peneliti pada siswa SMA Negeri 4 Medan ditemukan siswa yang mengalami kecemasan berbicara di depan kelas, yang di rumuskan sebagai berikut : kecemasan tinggi sebanyak 25 orang, kecemasan sedang sebanyak 15 orang, dan kecemasan rendag sebanyak 10 orang. Hal ini dapat dilihat ketika peneliti berinteraksi dengan siswa SMA Negeri 4 Medan. Pendapat ini juga di dukung oleh bidang study yang mengajar di kelas yang mengatakan hal demikian

Demi memenuhi tuntutan tersebut, metode pembelajaran di SMA Negeri 4 Medan sebagai salah satu SMA yang mengutamakan mutu pendidikan dari peserta didiknya kebanyakan menggunakan sistem diskusi kelompok dan persentasi guna membiasakan siswa untuk dapat terbiasa berbicara di depan kelas. Namun, tidak

jarang siswa merasa cemas untuk mengungkapkan pikirannya secara lisan, baik pada saat diskusi kelompok, bertanya pada guru, maupun ketika harus berbicara di depan kelas saat mempersentasikan tugas. Kegiatan tersebut menuntut siswa untuk dapat tampil berbicara di depan kelas, dan ketika siswa merasa cemas saat melakukannya dapat dikatakan siswa tersebut mengalami kecemasan berbicara di depan kelas yang merupakan salah satu bentuk hambatan komunikasi. Kondisi tersebut ditandai dengan ketakutan dalam menunjukkan performansi maupun situasi intraksionalnya dengan orang lain. Kondisi tersebut berdampak terhadap kualitas kehidupan individu, mempengaruhi fungsi sosial dan relasi dengan komunitasnya.

Berdasarkan paparan diatas dan fakta yang telah peneliti observasi, maka peneliti terdorong meneliti dan memecahkan masalah kecemasan berbicara siswa melalui Konseling Kelompok dengan menggunakan Pendekatan Eklektik. Konseling Kelompok merupakan upaya membantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhan. Pendekatan Eklektik merupakan campuran antar kedua teknik yaitu teknik konseling direktif dan non-direktif. Menurut Norcross(1987), eklektik didefinisikan secara sederhana dalam bentuk penggunaan lebih dari satu pendekatan untuk menangani masalah. Menurut Gilliland (2008) mengemukakan bahwa konseling eklektik menggunakan data konseli yang tidak memiliki teori atau prinsip khusus tentang kognitif. Menurut Thorne (dalam Latipun,2001:9) mengemukakan bahwa konseling eklektik menggunakan data konseli yang utama adalah dari studi secara individual yang meliputi kehidupan yang selalu berubah.

Adapun tahap kegiatan dalam pendekatan eklektik model carkhuff memiliki enam tahap yaitu: (1) tahap eksplorasi masalah, (2) tahap perumusan Masalah, (3) tahap identifikasi alternative, (4) tahap perencanaan, (5) tahap tindakan/komitmen, dan (6) tahap penilaian dan umpan balik. (Latipun (dalam Lumongga, 2011:193).

1.2 Identifikasi Masalah

Dilihat dari latar belakang diatas, maka dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

- 1) adanya masalah kecemasan saat berbicara di depan kelas pada siswa SMA Negeri 4 Medan.
- 2) Adanya Siswa yang merasa cemas untuk mengungkapkan pikirannya secara lisan, baik pada diskusi kelompok, bertanya kepada guru, maupun ketika harus presentasi di depan kelas.
- 3) Adanya faktor yang mempengaruhi kecemasan berbicara siswa.
- 4) Adanya hal yang menjadi penyebab siswa mengalami kecemasan berbicara.
- 5) Kurang aktifnya siswa dalam berbicara di dalam kelas.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan uraian identifikasi masalah diatas, maka perlu kiranya dilakukan pembatasan masalah yang diteliti. Peneliti ini dibatasi masalahnya mengenai pengaruh konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan eklektik terhadap

kecemasan berbicara di depan kelas siswa SMA Negeri 4 Medan tahun ajaran 2017/2018.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang diuraikan diatas, maka permasalahan yang akan peneliti kemukakan adalah *“Apakah ada pengaruh konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan eklektik terhadap kecemasan berbicara di depan kelas siswa SMA Negeri 4 Medan Tahun Ajaran 2017/2018?”*

1.5 Tujuan Peneliitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan eklektik terhadap kecemasan berbicara di depan kelas siswa SMA Negeri 4 Medan Tahun Ajaran 2017/2018.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis kepada berbagai pihak, antara lain :

A. Manfaat Teoritis

1. Hasil peneliti ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan konseling kelompok pendekatan eklektik.
2. Untuk mengembangkan/menambah wawasan dan informasi maupun referensi di bidang bimbingan dan konseling khususnya konseling

kelompok pendekatan eklektik dalam memecahkan masalah kecemasan berbicara di depan kelas di sekolah.

B. Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini adalah :

1. Bagi Sekolah, dapat menjadi bahan evaluasi sekaligus memperkaya pengetahuan sekolah akan layanan Bimbingan dan Konseling dalam hal ini adalah layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan eklektik
2. Bagi Guru BK, dapat menambah ilmu pengetahuan tentang pengaruh konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan eklektik untuk lebih bisa mengurangi masalah kecemasan siswa sehingga dapat mengikis kecemasan berbicara siswa sehingga dapat meningkatkan cara berbicara siswa.
3. Bagi Siswa, dapat memberikan pengetahuan kepada siswa tentang konseling kelompok dengan menggunakan teknik pendekatan eklektik. Siswa dapat mengetahui penyebab, ciri-ciri, factor dari kecemasan berbicara didepan umum dan cara meningkatkan cara berbicara mereka.
4. Bagi Peneliti lanjutan, penelitian ini diharapkan dapat menambahkan pengalaman dan wawasan tentang kecemasan berbicara di depan kelas.