



Orbit: Jurnal Ilmu Multidisplin Nusantara

| ISSN (Online) [3064-5883](https://doi.org/10.30645/ISSN) |
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>
DOI: <https://doi.org/10.63217/orbit.v2i4>



Pengaruh Konsep Diri terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa di SMA X di Kabupaten Bekasi

Eliza Agustina¹, Lenny Utama Afriyenti², Rizma Afian Azhiim³

¹Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jakarta, Indonesia

²Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jakarta, Indonesia

³Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jakarta, Indonesia

Corresponding Author: elizaagustina84@gmail.com¹

Abstract: *Public speaking anxiety is a common problem among high school students and is believed to be influenced by self-concept. This study aims to determine the effect of self-concept on public speaking anxiety, as well as the contribution of each dimension of self-concept, among 10th- and 11th-grade students at SMAN 1 Setu in Bekasi Regency. The study employed a quantitative approach using a causal method on 289 students selected via stratified cluster random sampling. Data were analyzed using simple linear regression and stepwise multiple linear regression. The results showed that self-concept had a significant negative effect on public speaking anxiety. Further analysis revealed that the dimensions of emotional adjustment, honesty, and self-fulfillment had significant effects, while the autonomy dimension did not have a significant effect.*

Keywords: *Self-Concept, Public Speaking Anxiety, High School Students, Adolescents.*

Abstrak: Kecemasan berbicara di depan umum merupakan salah satu permasalahan yang sering dialami siswa SMA dan diduga dipengaruhi oleh konsep diri. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh konsep diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum serta kontribusi setiap dimensi konsep diri pada siswa kelas X dan XI SMAN 1 Setu Kabupaten Bekasi. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode kausal terhadap 289 siswa yang dipilih menggunakan teknik *stratified cluster random sampling*. Data dianalisis menggunakan regresi linear sederhana dan regresi linear berganda metode *stepwise*. Hasil menunjukkan bahwa konsep diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Analisis lanjutan menunjukkan bahwa dimensi penyesuaian emosional, kejujuran, dan pemenuhan diri berpengaruh signifikan, sedangkan dimensi otonomi tidak berpengaruh signifikan.

Kata Kunci: Konsep Diri, Kecemasan Berbicara di Depan Umum, Siswa SMA, Remaja.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang ditandai oleh perubahan dalam aspek fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Pada tahap ini, individu dihadapkan pada berbagai tugas perkembangan, seperti membentuk identitas diri, mengembangkan kemandirian, memperluas hubungan sosial, serta mempersiapkan diri menghadapi tuntutan pendidikan dan kehidupan di masa mendatang (Santrock, 2003). Dalam lingkungan pendidikan, siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) dihadapkan pada berbagai aktivitas pembelajaran yang menuntut keterampilan komunikasi, seperti menyampaikan pendapat, berdiskusi, melakukan presentasi, dan berbicara di hadapan guru maupun teman sebaya (Sari et al., 2026). Aktivitas tersebut tidak hanya membutuhkan penguasaan materi, tetapi juga kesiapan psikologis untuk tampil dan berkomunikasi di hadapan orang lain.

Salah satu permasalahan psikologis yang dapat muncul dalam situasi tersebut adalah kecemasan berbicara di depan umum. Kecemasan berbicara di depan umum merupakan bagian dari kecemasan komunikasi yang muncul ketika individu merasa takut atau cemas dalam situasi komunikasi yang sedang atau diperkirakan akan terjadi (McCroskey, 1981). Kecemasan ini dapat muncul sebelum individu berbicara, ketika sedang berbicara, bahkan ketika baru membayangkan situasi berbicara di depan umum (McCroskey, 1981; Hamandia, 2022). Individu yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum dapat menunjukkan gejala psikologis dan fisiologis, seperti rasa takut, gugup, jantung berdebar, tangan berkeringat, tubuh gemetar, kesulitan berkonsentrasi, hingga munculnya pikiran negatif mengenai kemungkinan melakukan kesalahan atau mendapatkan penilaian negatif dari orang lain (Hashemi et al., 2020; Hamandia, 2022).

Menurut McCroskey (1981), kecemasan komunikasi dapat muncul dalam berbagai konteks, termasuk diskusi kelompok, rapat atau kegiatan kelas, interaksi berdua, serta berbicara di depan umum. Situasi berbicara di depan umum dapat menjadi lebih menantang karena individu berada dalam posisi sebagai pusat perhatian dan merasa bahwa kemampuan dirinya sedang diamati dan dievaluasi oleh orang lain. Hal tersebut sejalan dengan model kognitif kecemasan sosial yang dikemukakan oleh Clark dan Wells (1995), yang menjelaskan bahwa kecemasan dapat muncul ketika individu menilai situasi sosial sebagai ancaman dan memperkirakan adanya kemungkinan evaluasi negatif dari orang lain. Dalam konteks berbicara di depan umum, individu dapat mengkhawatirkan kemungkinan melakukan kesalahan, terlihat tidak kompeten, lupa terhadap materi, atau memperoleh penilaian negatif dari pendengar. Kecemasan berbicara di depan umum juga dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Muslimin (2013) menjelaskan bahwa kecemasan berbicara dapat berkaitan dengan perasaan sedang dievaluasi, perasaan berada pada posisi yang lebih rendah dibandingkan orang lain, serta kurangnya pengalaman dan keterampilan komunikasi. Selain itu, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum juga dapat dipengaruhi oleh tingkat kepercayaan diri, efikasi diri, pengalaman berbicara, kemampuan komunikasi, regulasi emosi, serta dukungan sosial (Bandura, 1982; Gross, 1998; Busu et al., 2026). Salah satu faktor psikologis yang penting untuk dikaji adalah konsep diri, yaitu bagaimana individu memandang, menilai, dan memahami dirinya sendiri.

Konsep diri merupakan pandangan dan penilaian individu terhadap dirinya yang terbentuk melalui pengalaman serta interaksi dengan lingkungan sosial (Fitts, 1972; Shavelson et al., 1976). Konsep diri tidak hanya berkaitan dengan bagaimana individu menilai kemampuan dirinya, tetapi juga memengaruhi cara individu berpikir, merasakan, dan berperilaku dalam menghadapi berbagai situasi (Fitts, 1972). Shavelson et al. (1976) menjelaskan bahwa konsep diri merupakan konstruk yang multidimensional dan terbentuk melalui pengalaman individu dengan lingkungan serta penguatan dan penilaian dari orang-orang yang dianggap penting.

Pandangan tersebut sejalan dengan Marsh dan O'Neill (1984) yang menyatakan bahwa konsep diri tidak bersifat tunggal, melainkan terdiri atas berbagai dimensi yang dapat dibedakan. Dalam penelitian ini, konsep diri dipahami berdasarkan konsep Personal Self-Concept yang dikembangkan oleh Goñi et al. (2011). Konsep diri personal menggambarkan persepsi individu terhadap dirinya pada ranah yang bersifat personal dan internal. Goñi et al. (2011) memandang

konsep diri sebagai konstruk multidimensional yang terdiri atas dimensi pemenuhan diri, otonomi, kejujuran, dan penyesuaian emosional. Keempat dimensi tersebut menggambarkan berbagai aspek penting dalam cara individu menilai dirinya sendiri.

Dimensi pemenuhan diri berkaitan dengan sejauh mana individu merasa mampu mengembangkan potensi, mencapai tujuan, serta merasa puas terhadap dirinya dan kehidupannya (Goñi et al., 2011). Individu yang memiliki penilaian positif terhadap pencapaian dan kemampuan dirinya cenderung memiliki keyakinan yang lebih baik dalam menghadapi tuntutan. Sebaliknya, individu yang merasa tidak mampu atau tidak puas terhadap dirinya dapat lebih mudah mengalami keraguan diri ketika harus tampil di hadapan orang lain. Dalam situasi berbicara di depan umum, perasaan tidak mampu dapat meningkatkan kekhawatiran melakukan kesalahan dan memperkuat kecemasan.

Dimensi otonomi berkaitan dengan kemampuan individu untuk bersikap mandiri, mengambil keputusan, dan tidak sepenuhnya bergantung pada penilaian orang lain (Goñi et al., 2011). Individu yang memiliki otonomi yang rendah dapat lebih mudah dipengaruhi oleh penilaian lingkungan dan lebih khawatir terhadap pendapat orang lain. Kondisi tersebut berkaitan dengan kecemasan berbicara di depan umum karena individu dapat merasa takut memperoleh evaluasi negatif dari pendengar (Clark & Wells, 1995; Haryanti & Yuliana, 2024; Dewi, 2024). Dengan demikian, ketergantungan terhadap penilaian orang lain secara teoritis dapat meningkatkan kerentanan individu terhadap kecemasan ketika harus berbicara di hadapan banyak orang.

Dimensi kejujuran berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengenali dan menerima dirinya secara autentik (Goñi et al., 2011). Individu yang mampu menerima dirinya secara apa adanya cenderung tidak terlalu terbebani oleh tuntutan untuk menampilkan citra diri yang sempurna. Hal tersebut dapat dijelaskan melalui konsep *congruence* dalam teori humanistik Rogers, yaitu kesesuaian antara pengalaman individu dengan konsep dirinya (Stephen, 2023). Ketika terdapat keselarasan antara pengalaman dan konsep diri, individu dapat mengekspresikan pikiran serta perasaannya secara lebih autentik. Sebaliknya, ketidaksesuaian antara diri yang dirasakan dan diri yang ingin ditampilkan dapat meningkatkan kekhawatiran terhadap penilaian orang lain.

Selanjutnya, dimensi penyesuaian emosional berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengenali, memahami, serta menyesuaikan kondisi emosinya ketika menghadapi berbagai situasi (Goñi et al., 2011). Kemampuan dalam mengelola emosi menjadi penting ketika individu menghadapi situasi yang menimbulkan tekanan, termasuk ketika menjadi pusat perhatian dan berbicara di depan umum. Gross (1998) menjelaskan bahwa regulasi emosi memungkinkan individu mengelola pengalaman emosional dan menyesuaikan respons emosinya terhadap tuntutan situasi. Oleh karena itu, siswa yang mampu mengelola rasa gugup, takut, dan khawatir secara lebih baik dapat lebih mampu menghadapi situasi berbicara di depan umum.

Keterkaitan antara konsep diri dan kecemasan berbicara di depan umum juga didukung oleh hasil penelitian terdahulu. Dhema (2023) menemukan bahwa konsep diri memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecenderungan kecemasan berbicara di depan umum. Artinya, semakin positif konsep diri yang dimiliki individu, semakin rendah kecenderungan kecemasan yang dialami ketika berbicara di hadapan orang lain. Temuan serupa juga ditunjukkan oleh Jusnita et al. (2025) pada siswa sekolah menengah, yang menunjukkan adanya hubungan antara konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum.

Selain itu, Salsabila et al. (2023) menjelaskan bahwa konsep diri yang positif dapat membantu individu membangun keyakinan terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi situasi yang melibatkan evaluasi sosial. Fenomena kecemasan berbicara di depan umum juga ditemukan pada siswa SMAN X. Berdasarkan studi pendahuluan terhadap 20 siswa, sebanyak 85% siswa mengaku mengalami tubuh tegang, gemetar, dan tangan dingin ketika berbicara di depan umum. Sebanyak 70% siswa merasa khawatir terhadap penilaian teman dan guru, sedangkan 70% lainnya mengaku mengalami kondisi *blank* atau lupa materi ketika berbicara di depan umum. Selain itu, sebagian siswa mengungkapkan kekhawatiran melakukan kesalahan,

takut dinilai negatif, kurang percaya diri, serta terlalu berfokus pada dirinya sendiri ketika berbicara di depan umum. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum masih menjadi permasalahan yang dialami oleh sebagian siswa dan berkaitan dengan cara siswa memandang dirinya.

Meskipun penelitian sebelumnya telah menunjukkan adanya keterkaitan antara konsep diri dan kecemasan berbicara di depan umum, sebagian besar penelitian masih mengkaji konsep diri sebagai konstruk secara umum. Padahal, konsep diri merupakan konstruk multidimensional yang terdiri atas berbagai aspek personal. Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya menguji pengaruh konsep diri secara keseluruhan, tetapi juga menganalisis kontribusi masing-masing dimensi konsep diri, yaitu pemenuhan diri, otonomi, kejujuran, dan penyesuaian emosional. Pendekatan tersebut menjadi penting untuk mengetahui dimensi konsep diri yang paling berperan dalam kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsep diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada siswa kelas X dan XI SMAN X di Kabupaten Bekasi. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh masing-masing dimensi konsep diri, yaitu pemenuhan diri, otonomi, kejujuran, dan penyesuaian emosional, terhadap kecemasan berbicara di depan umum.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode kausal. Responden penelitian berjumlah 289 siswa kelas X dan XI SMAN 1 Setu Kabupaten Bekasi yang dipilih menggunakan teknik *stratified cluster random sampling*. Responden merupakan siswa aktif yang pernah melakukan kegiatan presentasi atau berbicara di depan umum. Kecemasan berbicara di depan umum diukur menggunakan Personal Report of Communication Apprehension (PRCA-24) yang dikembangkan oleh McCroskey (1981) dan telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Aisyah et al. (2019). Instrumen ini mengukur kecemasan komunikasi melalui empat aspek, yaitu diskusi kelompok, rapat atau kelas, interaksi berdua, dan berbicara di depan umum. Konsep diri diukur menggunakan *Personal Self-Concept Questionnaire* (PSC) yang dikembangkan oleh Goñi et al. (2011). Instrumen ini mengukur empat dimensi konsep diri, yaitu pemenuhan diri, otonomi, kejujuran, dan penyesuaian emosional.

Analisis data dilakukan menggunakan dua model analisis. Model pertama menggunakan regresi linear sederhana untuk mengetahui pengaruh konsep diri secara keseluruhan terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Model kedua menggunakan regresi linear berganda dengan metode *stepwise* untuk mengidentifikasi dimensi konsep diri yang memberikan kontribusi signifikan terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Sebelum analisis regresi dilakukan, penelitian terlebih dahulu menguji asumsi normalitas dan linearitas.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini melibatkan 289 siswa kelas X dan XI SMAN 1 Setu Kabupaten Bekasi. Analisis dilakukan untuk mengetahui pengaruh konsep diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum serta kontribusi masing-masing dimensi konsep diri yang terdiri atas pemenuhan diri, otonomi, kejujuran, dan penyesuaian emosional.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, sebagian besar responden berada pada kategori sedang pada variabel konsep diri dan kecemasan berbicara di depan umum. Pada variabel konsep diri, sebagian besar responden berada pada kategori sedang pada dimensi pemenuhan diri, otonomi, kejujuran, dan penyesuaian emosional. Sementara itu, pada variabel kecemasan berbicara di depan umum, sebagian besar responden juga berada pada kategori sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa responden secara umum memiliki tingkat konsep diri dan kecemasan berbicara di depan umum yang berada pada tingkat menengah. Hasil uji asumsi menunjukkan bahwa data penelitian memenuhi asumsi normalitas dan linearitas.

Oleh karena itu, analisis dilanjutkan menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk menguji pengaruh konsep diri secara keseluruhan terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Hasil analisis menunjukkan nilai $R = 0,639$ dan $R^2 = 0,409$. Hal ini menunjukkan bahwa konsep diri memberikan kontribusi sebesar 40,9% terhadap kecemasan berbicara di depan umum, sedangkan 59,1% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Hasil uji koefisien regresi menunjukkan nilai $B = -1,249$, $\beta = -0,639$, $t = -14,09$, dan $p < 0,001$. Dengan demikian, konsep diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kecemasan berbicara di depan umum.

Analisis selanjutnya dilakukan menggunakan regresi linear berganda dengan metode *stepwise* untuk mengetahui kontribusi masing-masing dimensi konsep diri. Pada tahap pertama, dimensi penyesuaian emosional masuk ke dalam model dan memberikan kontribusi sebesar 25,3% terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Pada tahap kedua, dimensi kejujuran ditambahkan ke dalam model sehingga kontribusi meningkat menjadi 38,6%. Selanjutnya, dimensi pemenuhan diri masuk ke dalam model dan meningkatkan kontribusi model menjadi 41,7%. Sementara itu, dimensi otonomi tidak masuk ke dalam model akhir karena tidak memberikan kontribusi yang signifikan. Dengan demikian, model akhir yang terdiri atas dimensi penyesuaian emosional, kejujuran, dan pemenuhan diri mampu menjelaskan 41,7% variasi kecemasan berbicara di depan umum. Adapun 58,3% variasi lainnya dijelaskan oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam model penelitian.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Temuan ini menunjukkan bahwa siswa yang memiliki konsep diri lebih positif cenderung mengalami kecemasan yang lebih rendah ketika berbicara di depan umum. Sebaliknya, siswa yang memiliki penilaian yang kurang positif terhadap dirinya cenderung lebih rentan mengalami kecemasan ketika harus tampil dan berkomunikasi di hadapan orang lain.

Hasil tersebut dapat dijelaskan melalui konsep diri sebagai cara individu memandang dan menilai dirinya. Konsep diri memengaruhi bagaimana individu memahami kemampuan, keterbatasan, serta nilai dirinya dalam menghadapi berbagai situasi (Fitts, 1972; Shavelson et al., 1976). Ketika siswa memiliki penilaian diri yang lebih positif, siswa cenderung memiliki keyakinan yang lebih baik terhadap kemampuan dirinya sehingga lebih mampu menghadapi situasi yang menuntut penampilan di depan orang lain. Sebaliknya, penilaian diri yang negatif dapat membuat siswa lebih mudah meragukan kemampuannya, mengkhawatirkan kemungkinan melakukan kesalahan, dan memusatkan perhatian pada kemungkinan memperoleh penilaian negatif dari orang lain.

Temuan penelitian ini juga dapat dijelaskan melalui teori kecemasan komunikasi McCroskey (1981), yang menjelaskan bahwa kecemasan berbicara berkaitan dengan rasa takut atau kecemasan yang dialami individu dalam situasi komunikasi. Dalam situasi berbicara di depan umum, siswa tidak hanya dituntut untuk menyampaikan informasi, tetapi juga menghadapi situasi ketika dirinya menjadi pusat perhatian dan berpotensi memperoleh evaluasi dari orang lain. Kondisi tersebut dapat menjadi lebih menekan bagi siswa yang memiliki keraguan terhadap kemampuan dan penilaian dirinya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Dhema (2023) yang menemukan adanya hubungan negatif antara konsep diri dan kecenderungan kecemasan berbicara di depan umum. Temuan serupa juga ditunjukkan oleh Salsabila et al. (2023), yang menemukan bahwa konsep diri berkaitan dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat temuan penelitian sebelumnya bahwa konsep diri merupakan salah satu faktor psikologis yang berperan dalam kecemasan individu ketika berbicara di depan umum. Kontribusi konsep diri sebesar 40,9% menunjukkan bahwa konsep diri merupakan faktor yang cukup penting, tetapi bukan satu-satunya faktor yang menjelaskan kecemasan berbicara di depan umum. Sebesar 59,1% variasi kecemasan dijelaskan oleh faktor lain yang tidak diteliti

dalam penelitian ini. Faktor tersebut dapat berkaitan dengan pengalaman berbicara di depan umum, efikasi diri, kemampuan komunikasi, pengalaman memperoleh evaluasi negatif, maupun kemampuan regulasi emosi (Bandura, 1982; Gross, 1998). Dengan demikian, kecemasan berbicara di depan umum merupakan kondisi yang bersifat kompleks dan tidak hanya ditentukan oleh bagaimana individu memandang dirinya.

Analisis berdasarkan dimensi konsep diri menunjukkan bahwa penyesuaian emosional, kejujuran, dan pemenuhan diri memberikan kontribusi signifikan terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Dimensi penyesuaian emosional menjadi dimensi pertama yang masuk ke dalam model dan memberikan kontribusi terbesar. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam menghadapi dan mengelola kondisi emosional memiliki peranan penting ketika siswa berada dalam situasi berbicara di depan umum. Situasi tersebut dapat menimbulkan rasa takut, gugup, dan khawatir sehingga siswa membutuhkan kemampuan untuk mengelola respons emosionalnya. Hal ini sejalan dengan Gross (1998) yang menjelaskan bahwa regulasi emosi membantu individu mengelola respons emosional agar sesuai dengan tuntutan situasi.

Dimensi kejujuran juga memberikan kontribusi terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa untuk menerima dan menampilkan dirinya secara autentik dapat berkaitan dengan kecemasan yang dialami. Siswa yang merasa perlu menampilkan citra tertentu atau menyembunyikan kekurangan dirinya dapat lebih terbebani ketika menjadi pusat perhatian. Sebaliknya, kemampuan untuk menerima diri dapat membantu siswa tampil dengan lebih autentik dan mengurangi kekhawatiran terhadap tuntutan untuk terlihat sempurna di hadapan orang lain.

Dimensi pemenuhan diri juga memberikan kontribusi signifikan terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Hasil ini menunjukkan bahwa penilaian siswa terhadap pencapaian dan kemampuan dirinya berkaitan dengan kesiapan psikologis ketika harus tampil di hadapan orang lain. Siswa yang merasa memiliki kemampuan dan menilai dirinya secara positif cenderung memiliki keyakinan yang lebih baik dalam menghadapi tuntutan berbicara. Sebaliknya, siswa yang merasa kurang mampu atau tidak puas terhadap pencapaiannya dapat lebih mudah meragukan kemampuan dirinya ketika harus berbicara di depan umum. Berbeda dengan tiga dimensi lainnya, dimensi otonomi tidak menunjukkan kontribusi yang signifikan terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Hasil ini menunjukkan bahwa dalam penelitian ini, kemampuan siswa untuk bersikap mandiri dan mengambil keputusan tidak secara langsung menjelaskan tingkat kecemasan berbicara di depan umum setelah mempertimbangkan penyesuaian emosional, kejujuran, dan pemenuhan diri. Dengan kata lain, seseorang dapat memiliki tingkat otonomi tertentu, tetapi hal tersebut belum tentu secara langsung menentukan apakah dirinya akan mengalami kecemasan ketika berbicara di depan umum.

Tidak signifikannya dimensi otonomi juga menunjukkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum kemungkinan lebih berkaitan dengan aspek yang secara langsung berhubungan dengan pengelolaan emosi, penerimaan diri, dan penilaian terhadap kemampuan diri. Situasi berbicara di depan umum secara langsung melibatkan tuntutan untuk mengelola emosi dan menampilkan diri di hadapan orang lain. Oleh karena itu, dimensi penyesuaian emosional, kejujuran, dan pemenuhan diri dapat memiliki keterkaitan yang lebih dekat dengan kecemasan berbicara dibandingkan dengan aspek otonomi.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep diri merupakan salah satu faktor penting yang berperan dalam kecemasan berbicara di depan umum pada siswa. Konsep diri secara keseluruhan memberikan kontribusi sebesar 40,9%, sedangkan analisis berdasarkan dimensi menunjukkan bahwa penyesuaian emosional, kejujuran, dan pemenuhan diri secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 41,7%. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan multidimensional dalam memahami konsep diri dapat memberikan informasi yang lebih spesifik mengenai aspek-aspek konsep diri yang berperan terhadap kecemasan berbicara di depan umum.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa konsep diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada siswa kelas X dan XI SMAN 1 Setu Kabupaten Bekasi. Siswa dengan konsep diri yang lebih positif cenderung memiliki tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang lebih rendah. Analisis berdasarkan dimensi menunjukkan bahwa penyesuaian emosional, kejujuran, dan pemenuhan diri merupakan dimensi yang berkontribusi signifikan terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Ketiga dimensi tersebut secara bersama-sama mampu menjelaskan 41,7% variasi kecemasan, sedangkan 58,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Sementara itu, dimensi otonomi tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan berbicara di depan umum.

REFERENSI

- Aisyah, C. T., Natalya, L., Surijah, E. A., & McCroskey, L. L. (2019). Communication apprehension: Evaluation of use of the Indonesian Language version of the PRCA-24 [Kecemasan komunikasi: Evaluasi penggunaan PRCA-24 versi Bahasa Indonesia]. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 35(1). <https://doi.org/10.24123/aipj.v35i1.2884>
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37(2), 122–147. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.37.2.122>
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment*. Guilford Press.
- Dhema, A. M. (2023). Konsep diri dengan kecenderungan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. *Journal of Indonesian Psychological Science (JIPS)*, 3(1), 298–309. <https://doi.org/10.18860/jips.v3i1.21072>
- Fitts, W. H. (1972). *The self concept and psychopathology*. Dede Wallace Center.
- Goñi, E., Madariaga, J. M., Axpe, I., & Goñi, A. (2011). Structure of the Personal Self-Concept (PSC) Questionnaire. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 11.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299.
- Hamandia, M. R. (2022). Analisis konseptual mengenai kecemasan dalam berbicara di depan umum. *Jurnal Komunikasi Islam dan Kehumasan (JKPI)*, 6(1), 59–70. <https://doi.org/10.19109/jkpi.v6i1.12956>
- Hartanti, J. (2021). *Konsep diri: Karakteristik berbagai usia*. UNIPA Surabaya.
- Hashemi, Z., Shokrpour, N., Valinejad, M., & Hadavi, M. (2020). Communication apprehension and level of anxiety in the medical students of Rafsanjan University of Medical Sciences. *Journal of Education and Health Promotion*, 9(1). https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_401_20
- Jusnita, R., Haeriyah, S., Susanto, A. D., & Madani, Y. (2025). Hubungan konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMP Negeri 1 Curug Kab. Tangerang. *Jurnal Penelitian Nusantara*, 1, 48–51. <https://doi.org/10.59435/menulis.v1i9.637>
- Kinzer, H. J. (1985). *Video feedback in the classroom: Possible consequences for the communication apprehensive*.
- Marsh, H. W., & O'Neill, R. (1984). Self Description Questionnaire III: The construct validity of multidimensional self-concept ratings by late adolescents. *Journal of Educational Measurement*, 21(2).
- McCroskey, J. C. (1981). *Oral communication apprehension: Reconceptualization and a new look at measurement*.
- Muslimin, K. (2013). *Faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan berkomunikasi di depan umum*.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.

- Safitri, H., & Wahyuni, H. (2022). Korelasi antara self-concept dengan public speaking pada peserta didik. *Jambura Guidance and Counseling Journal*, 3(1).
- Salsabila, A. A. F., Hayati, S., & Aditya, A. M. (2023). Hubungan konsep diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(2), 533–539. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i2.2345>
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan remaja*.
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J., & Stanton, G. C. (1976). Self-concept: Validation of construct interpretations. *Review of Educational Research*, 46(3).