

**HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DAN ASERTIVITAS DENGAN
KECEMASAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA
SISWA KELAS X SMA AL ISLAM 1 SURAKARTA**

SKRIPSI

Dalam Rangka Penyusunan Skripsi sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi Program Pendidikan Strata 1 Psikologi



Oleh:

NIKE KUSUMAWATI

G 0107067

Pembimbing:

1. Dra. Salmah Lilik, M.Si.
2. Rin Widya Agustin, M.Psi.

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
2012**

commit to user

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan Judul : **Hubungan antara Konsep Diri dan Asertivitas
dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada
Siswa Kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta**

Nama Peneliti : Nike Kusumawati
NIM : G 0107067
Tahun : 2011

Telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Pembimbing dan Penguji Skripsi
Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret pada:

Hari :

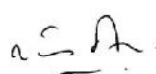
Tanggal :

Pembimbing Utama



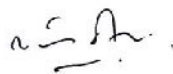
Dra. Salmah Lilik, M.Si.
NIP. 19490415 198101 2 001

Pembimbing Pendamping



Rin Widya Agustin, M.Psi.
NIP. 19760817 200501 2 002

Koordinator Skripsi



Rin Widya Agustin, M.Psi.
NIP. 19760817 200501 2 002

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul:

**Hubungan antara Konsep Diri dan Asertivitas dengan
Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada
Siswa Kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta**

Nike Kusumawati, G 0107067, Tahun 2012

Telah diuji dan disahkan oleh Tim Sidang Skripsi Prodi Psikologi Fakultas
Kedokteran Universitas Sebelas Maret pada:

Hari : Senin

Tanggal : 9 Januari 2012


1. Ketua Sidang

Dra. Salmah Lilik, M.Si.

()


2. Sekretaris Sidang

Rin Widya Agustin, M.Psi.

()

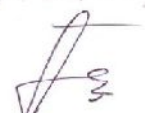
3. Anggota Sidang I

Dra. Suci Murti Karini, M.Si.

()

4. Anggota Sidang II


Aditya Nanda Priyatama, S.Psi., M.Si.

()

Ketua Program Studi Psikologi


Drs. Hartjono, M.Si.
NIP. 19590119 198903 1 002

Koordinator Skripsi


Rin Widya Agustin, M.Psi.
NIP. 19760817 200501 2 002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

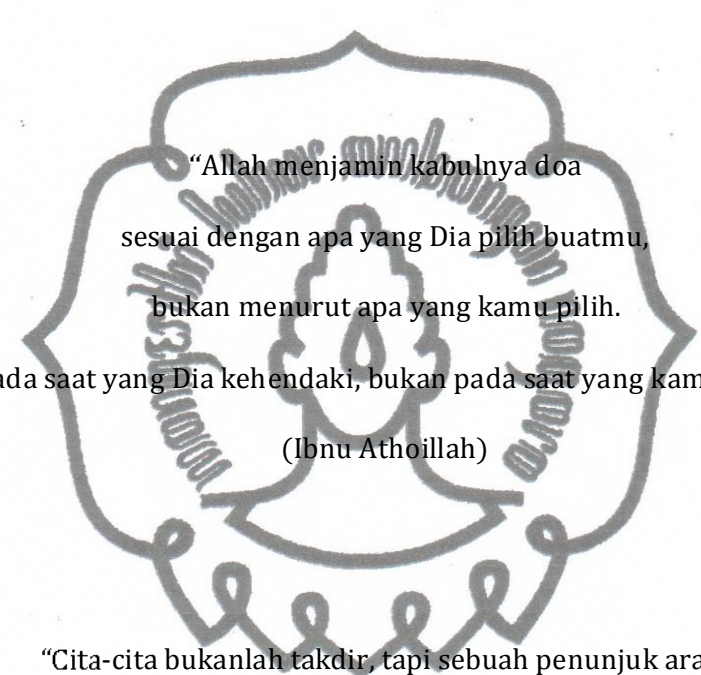
Surakarta, Januari 2012

Nike Kusumawati

MOTTO

"Katakanlah meskipun hal itu pahit"

(Al Hadist)



"Allah menjamin kabulnya doa
sesuai dengan apa yang Dia pilih buatmu,
bukan menurut apa yang kamu pilih.
Dan pada saat yang Dia kehendaki, bukan pada saat yang kamu inginkan"
(Ibnu Athoillah)

"Cita-cita bukanlah takdir, tapi sebuah penunjuk arah.

Ia bukanlah perintah, tapi komitmen. Ia tak menentukan masa depan,
melainkan wahana untuk menggerakkan sumber daya dan energi bagi usaha
untuk membangun masa depan"

(Peter F. Drucker, Pakar Motivasi)

commit to user

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya ini kepada:

*Orang-orang yang sangat aku cintai,
dengan doa, cinta, bimbingan, dan kesabarannya
dalam menuntunku mencapai cita-cita dan harapanku*



Terimakasih kuucapkan atas terselesaikannya karya ini kepada:

- 1. Ibu dan Bapak tercinta atas doa, kasih sayang, dan pengorbanan yang tak akan pernah terhenti*
- 2. Adikku tersayang, yang selalu memberikan doa, motivasi, dan semangatnya*
- 3. Keluarga, sahabat dan seluruh pihak yang telah membantu terselesaikannya karya ini*
- 4. Guru-guruku terhormat dan almamaterku tercinta*

commit to user

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum wr. wb.

Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala limpahan kasih sayang dan hidayah yang telah Allah SWT berikan kepada penulis, sehingga penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan. Shalawat serta salam senantiasa penulis haturkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, teladan sepanjang zaman.

Terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, bantuan, dan bimbingan dari beberapa pihak, oleh karenanya dengan penuh rasa hormat, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Zainal Arifin Adnan, dr., Sp.PD-KR, FINASIM., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta atas fasilitas dan kebijakan beliau.
2. Bapak Drs. Hardjono, M.Si., selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta serta selaku penguji utama atas ijin dan juga semua bimbingan yang telah diberikan kepada penulis.
3. Ibu Dra. Salmah Lilik, M.Si., selaku pembimbing utama serta ibu Rin Widya Agustin, M.Psi., selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan saran, bimbingan dan arahan yang sangat bermanfaat bagi penyelesaian skripsi ini.
4. Ibu Dra. Suci Murti Karini, M.Si, selaku penguji utama serta bapak Aditya Nanda Priyatama, S.Psi., M.Si., selaku pembimbing akademik dan selaku

commit to user

penguji II yang telah bersedia memberikan kritik, saran, arahan serta masukan yang membangun demi sempurnanya penulisan skripsi ini.

5. Bapak Drs. Riyanto., selaku Kepala SMA Al Islam 1 Surakarta serta bapak Izzul Amri, S.Pd., selaku Guru Bimbingan Konseling SMA Al Islam 1 Surakarta atas izin, informasi, dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di SMA Al Islam 1 Surakarta.
6. Adik-adik siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta yang telah bersedia menjadi subjek penelitian.
7. Kedua orang tuaku tercinta Ibu Suyati dan Bapak Abu Hasan, atas semua kasih sayang, pengorbanan, dukungan, nasihat, kesabaran, serta doa yang terus dipanjatkan bagi penulis. *Syukron Jazakumullahu Khoiron Katsiron.*
8. Adikku tersayang, Evi Kusumawati atas doa, motivasi, dan semangat yang telah diberikan. Semoga lancar dalam menjalankan perkuliahan.
9. Sahabat-sahabatku, Milla, Risa, Ullum, Berlian, Pipit, Afif, Septi yang selalu memberikan bantuan, dukungan dan motivasi bagi penulis. *Jazakillah Khoir.*
10. Seluruh teman-teman mahasiswa Program Studi Psikologi FK UNS, khususnya angkatan 2007 untuk semangat dan kebersamaannya selama ini.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua yang membaca. Amin.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Surakarta, Januari 2012

Penulis

commit to user

HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DAN ASERTIVITAS DENGAN KECEMASAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA SISWA KELAS X SMA AL ISLAM 1 SURAKARTA

Nike Kusumawati
G 0107067

ABSTRAK

Komunikasi interpersonal memegang peranan penting dalam perkembangan remaja. Keberhasilan mengembangkan komunikasi interpersonal yang baik dapat membantu remaja mengembangkan berbagai kapasitas mental dan intelektual. Namun demikian, banyak permasalahan yang timbul berkaitan dengan komunikasi. Salah satu permasalahan yang dihadapi remaja terkait dengan komunikasi adalah kecemasan komunikasi interpersonal. Konsep diri dan asertivitas merupakan faktor personal yang terkait dengan kecemasan komunikasi interpersonal.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dan asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta. Pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan tiga skala, yaitu skala kecemasan komunikasi interpersonal, skala konsep diri, dan skala asertivitas. Analisis data menggunakan metode analisis regresi berganda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai $F\text{-test} = 76,071$, $p < 0,05$, dan nilai $R = 0,781$. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima, yaitu ada hubungan yang signifikan dan kuat antara konsep diri dan asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta. Hasil penelitian juga menunjukkan nilai $rx1y = -0,240$; $p < 0,05$, artinya ada hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri dengan kecemasan komunikasi interpersonal. Semakin tinggi konsep diri maka semakin rendah kecemasan komunikasi interpersonal, sebaliknya semakin rendah konsep diri maka semakin tinggi kecemasan komunikasi interpersonal. Nilai $rx2y = -0,600$; $p < 0,05$, menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal. Semakin tinggi asertivitas maka semakin rendah kecemasan komunikasi interpersonal, sebaliknya semakin rendah asertivitas maka semakin tinggi kecemasan komunikasi interpersonal.

Nilai R^2 dalam penelitian ini sebesar 0,611 atau 61,1%, terdiri atas sumbangan efektif konsep diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal sebesar 12,94% dan sumbangan efektif asertivitas terhadap kecemasan komunikasi interpersonal sebesar 48,13%. Ini berarti masih terdapat 38,9% faktor lain yang mempengaruhi kecemasan komunikasi interpersonal selain konsep diri dan asertivitas.

Kata kunci: kecemasan komunikasi interpersonal, konsep diri, asertivitas

commit to user

**THE CORRELATION BETWEEN SELF CONCEPT AND ASSERTIVENESS
TOWARD INTERPERSONAL COMMUNICATION APPREHENSION IN
THE STUDENTS OF CLASS X SMA AL ISLAM 1 SURAKARTA**

Nike Kusumawati

G 0107067

ABSTRACT

Interpersonal communication has a crucial role in adolescent development. Accomplishment in developing excellent interpersonal communication can help adolescent develop any kind of intellectual mental capacities. However, problems occur dealing with communication. One problem about communication confronted by adolescent is interpersonal communication apprehension. Self concept and assertiveness are personal factors that deal with interpersonal communication apprehension.

This purpose of this research is to find out the correlation between self concept and assertiveness toward interpersonal communication apprehension in the Students of Class X SMA Al Islam 1 Surakarta. The subjects of this research are the students of Class X SMA 1 Al Islam Surakarta. Cluster Random Sampling technique is used to take the sample. The instruments of this research are Interpersonal Communication Apprehension Scale, Self Concept Scale, and Assertiveness Scale. The data are analyzed by multiple regressive analysis method.

The result of this research shows the value of $F\text{-test} = 76.071$, $p < 0.05$, and $R = 0.781$. Based on the result, there's a significant and intense correlation between self concept and assertiveness toward interpersonal communication apprehension in the Students of Class X SMA Al Islam 1 Surakarta. The result shows the value of $rxly = -0.240$; $p < 0.05$, that means there's a significant negative correlation between self concept and interpersonal communication apprehension. The higher self concept, the lower interpersonal communication apprehension, the other way around, the lower self concept, the higher interpersonal communication apprehension. The value of $rx^2y = -0.600$; $p < 0.05$, that means there's a significant negative correlation between assertiveness and interpersonal communication apprehension. The higher assertiveness, the lower interpersonal communication apprehension, the other way around, the lower assertiveness, the higher interpersonal communication apprehension.

The value of R^2 in this research is 0.611 or 61.1% consisting of effective contribution of self concept toward interpersonal communication apprehension as much as 12.94% and effective contribution of assertiveness toward interpersonal communication apprehension as much as 48.13%. That means there are still 38.9% of other factors affect interpersonal communication apprehension beside self concept and assertiveness.

Keywords: interpersonal communication apprehension, self concept, assertiveness

commit to user

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	10
 BAB II. LANDASAN TEORI	
A. Kecemasan Komunikasi Interpersonal	
1. Pengertian kecemasan komunikasi interpersonal	12

2. Aspek-aspek kecemasan komunikasi interpersonal	17
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan komunikasi Interpersonal	19
B. Konsep Diri	
1. Pengertian konsep diri	22
2. Aspek-aspek dan ciri-ciri konsep diri	24
3. Arti penting konsep diri dalam menentukan perilaku	31
C. Asertivitas	
1. Pengertian asertivitas	32
2. Aspek-aspek dan karakteristik asertivitas	34
D. Hubungan antara Konsep Diri dan Asertivitas dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal	
1. Hubungan antara Konsep Diri dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal	38
2. Hubungan antara Asertivitas dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal	40
3. Hubungan antara Konsep Diri dan Asertivitas dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal	42
E. Kerangka Pemikiran	46
F. Hipotesis	46

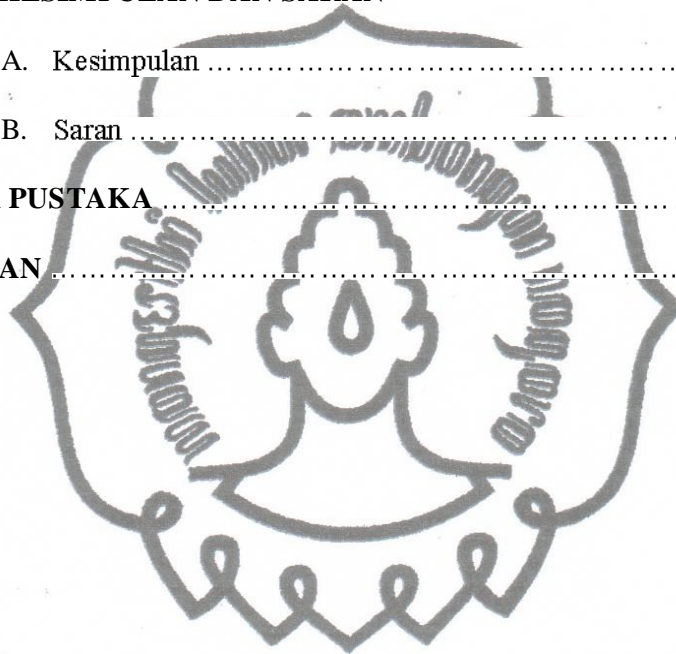
BAB III. METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian	48
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	48

commit to user

C. Populasi, Sampel dan <i>Sampling</i>	50
D. Metode Pengumpulan Data	51
1. Skala Kecemasan Komunikasi Interpersonal	52
2. Skala Konsep Diri	53
3. Skala Asertivitas	54
E. Validitas dan Reliabilitas	
1. Validitas	57
2. Reliabilitas	57
F. Metode Analisis Data	58
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Persiapan Penelitian	
1. Orientasi Kancan Penelitian	59
2. Persiapan Penelitian	62
3. Pelaksanaan Uji Coba	66
4. Analisis Validitas Aitem dan Reliabilitas Skala	67
5. Penyusunan Alat Ukur untuk Penelitian	74
B. Pelaksanaan Penelitian	
1. Penentuan Subjek Penelitian	78
2. Pengumpulan Data	78
3. Pelaksanaan Skoring	79
C. Hasil Analisis Data dan Interpretasi	
1. Uji Asumsi Dasar	80
2. Uji Asumsi Klasik	83

3. Uji Hipotesis	88
4. Sumbangan Relatif dan Sumbangan Efektif	93
5. Analisis Deskriptif	94
D. Pembahasan	97
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	103
B. Saran	104
DAFTAR PUSTAKA	107
LAMPIRAN	111



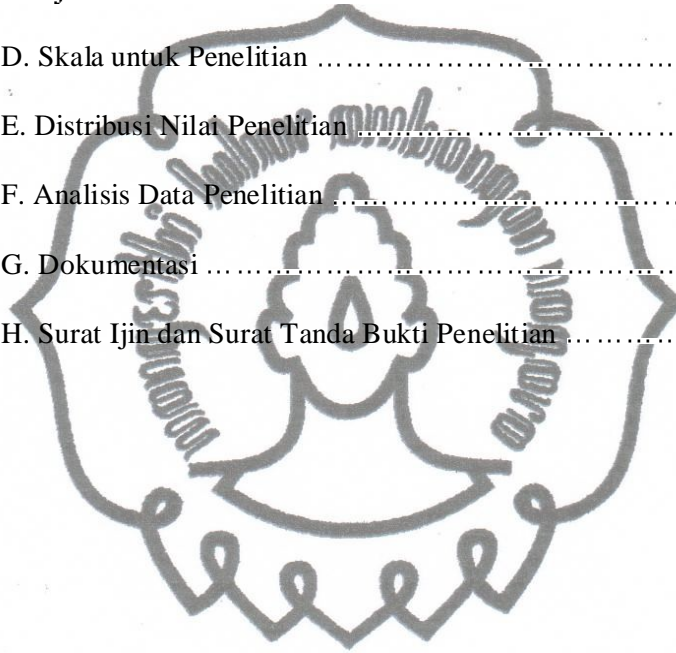
DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Skor Skala	52
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan Komunikasi Interpersonal	53
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala Konsep Diri	54
Tabel 4. <i>Blue Print</i> Skala Asertivitas	56
Tabel 5. Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala Kecemasan Komunikasi Interpersonal	69
Tabel 6. Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala Konsep Diri	71
Tabel 7. Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala Asertivitas	73
Tabel 8. Distribusi Aitem Skala Kecemasan Komunikasi Interpersonal untuk Penelitian	75
Tabel 9. Distribusi Aitem Skala Konsep Diri untuk Penelitian	76
Tabel 10. Distribusi Aitem Skala Asertivitas untuk Penelitian	77
Tabel 11. Jumlah Siswa untuk Penelitian	78
Tabel 12. Hasil Uji Normalitas	80
Tabel 13. Hasil Uji Linearitas antara Kecemasan Komunikasi Interpersonal dengan Konsep Diri	82
Tabel 14. Hasil Uji Linearitas antara Kecemasan Komunikasi Interpersonal dengan Asertivitas	82
Tabel 15. Hasil Uji Multikolinearitas	83
Tabel 16. Hasil Uji Heteroskedastisitas antara Kecemasan Komunikasi Interpersonal dengan Konsep Diri	85

Tabel 17. Hasil Uji Heteroskedastisitas antara Kecemasan Komunikasi	
Interpersonal dengan Asertivitas	85
Tabel 18. Hasil Uji Autokorelasi	87
Tabel 19. Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi Ganda (R)	89
Tabel 20. Hasil Uji F	90
Tabel 21. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda	90
Tabel 22. Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi (r)	92
Tabel 23. Korelasi Parsial Konsep Diri dengan Kecemasan	
Komunikasi Interpersonal	92
Tabel 24. Korelasi Parsial Asertivitas dengan Kecemasan	
Komunikasi Interpersonal	92
Tabel 25. Deskripsi Data Penelitian	94
Tabel 26. Kategorisasi Subjek Berdasar Skor Skala Penelitian	95

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Skala untuk Uji Coba (<i>Try Out</i>)	111
Lampiran B. Distribusi Nilai Uji Coba (<i>Try Out</i>)	123
Lampiran C. Uji Validitas dan Reliabilitas	148
Lampiran D. Skala untuk Penelitian	164
Lampiran E. Distribusi Nilai Penelitian	174
Lampiran F. Analisis Data Penelitian	202
Lampiran G. Dokumentasi	219
Lampiran H. Surat Ijin dan Surat Tanda Bukti Penelitian	221



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pemikiran	46
Gambar 2. Pengujian Autokorelasi	88



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia dilahirkan sebagai makhluk individu sekaligus sebagai makhluk sosial. Sebagai makhluk sosial, manusia senantiasa berinteraksi dan melakukan kontak sosial dengan manusia lain. Dalam proses interaksi tersebut pastilah melibatkan komunikasi. Melalui komunikasi, manusia berinteraksi dengan orang lain, mengenal diri sendiri dan orang lain, serta membina dan memelihara hubungan dengan orang lain. Membina hubungan yang baik dengan orang lain adalah harapan setiap individu karena hubungan antara seseorang dengan orang lain akan menentukan kualitas hidup individu tersebut. Dengan demikian, komunikasi telah memegang peranan penting dalam kehidupan sehari-hari dan menjadi fungsi pokok dalam interaksi antar individu. Namun demikian, banyak permasalahan yang timbul berkaitan dengan komunikasi. Salah satu permasalahan yang dihadapi manusia terkait dengan komunikasi adalah kecemasan komunikasi.

Kecemasan komunikasi pada dasarnya adalah suatu reaksi negatif dalam bentuk kecemasan yang dialami seseorang dalam pengalaman komunikasinya, yang terjadi karena seseorang mengembangkan perasaan negatif dan memprediksikan hasil negatif pula dalam interaksi komunikasinya dengan orang lain (Burgoon dan Ruffner, 1977 ; DeVito, 1995). McCroskey dan koleganya (1996, dalam Lukmantoro, 2009) menyebutkan bahwa kecemasan atau ketakutan

untuk berkomunikasi merupakan persoalan praktis serius yang dihadapi oleh banyak orang.

Watson dan Bossley (dalam Frantz, dkk., 2005) juga menjelaskan bahwa dua dari setiap 10 individu mengalami beberapa bentuk kecemasan komunikasi. Ada berbagai macam bentuk kecemasan komunikasi yang terjadi pada individu, salah satunya adalah kecemasan komunikasi interpersonal. Kecemasan komunikasi interpersonal bisa terjadi pada siapapun. Beberapa fakta menunjukkan bahwa kecemasan komunikasi interpersonal juga terjadi pada remaja.

Berbagai penelitian mengenai kecemasan komunikasi pada remaja telah banyak dilakukan, diantaranya oleh Apollo (2007) yang menemukan bahwa 65 % dari 60 siswa kelas II SMF Bina Farma Kota Madiun mengalami kecemasan komunikasi pada kategori tinggi. Penelitian serupa yang dilakukan oleh Rilin (2004, dalam Savitri dan Rakhmawati, 2007) juga menyatakan bahwa 26% dari 86 siswa kelas 2 SMU Muhammadiyah 1 Klaten mengalami kecemasan komunikasi interpersonal yang tinggi.

Remaja dengan kecemasan komunikasi interpersonal cenderung ragu-ragu dan tidak memiliki keberanian dalam mengungkapkan ide, gagasan, pendapat, pikiran, bahkan perasaannya. Remaja yang mengalami kecemasan komunikasi interpersonal juga cenderung menghindari komunikasi dengan berbagai pihak, baik dengan teman sebayanya, guru, dosen, ataupun dengan orang yang belum dikenal (*communication avoidance*). Hal ini sejalan dengan pendapat Rakhmat (2009) yang menjelaskan bahwa seseorang yang aprehensif dalam komunikasi cenderung menarik diri dari pergaulan, berusaha sekecil mungkin berkomunikasi,

dan hanya akan berbicara apabila terdesak saja. Apabila kemudian ia terpaksa berkomunikasi, sering pembicaraannya tidak relevan, sebab berbicara yang relevan tentu akan mengundang reaksi orang lain dan ia akan dituntut berbicara lagi. Hal ini pun dapat mengarahkan individu pada ketidakinginan untuk menjalin komunikasi (*unwillingness to communicate*).

Masa remaja yang dikenal sebagai masa *storm and stress* menunjukkan bahwa masa remaja merupakan masa yang penuh masalah dan tekanan dalam kehidupan emosi dan perasaannya (Hall, 1904, dalam Santrock, 2007). Pada masa yang dipenuhi dengan tekanan-tekanan ini, kebutuhan akan komunikasi interpersonal menjadi semakin besar. Hal ini disebabkan karena pada masa tersebut, remaja mengalami berbagai tekanan dan ketegangan dalam diri mereka berupa kesulitan perasaan atau emosi, kesulitan mengungkapkan masalah, kebingungan, kesedihan, kekecewaan, dan keputusasaan. Remaja dengan kemampuan komunikasi interpersonal yang baik akan dapat mengungkapkan masalah-masalah yang dihadapinya sekaligus mampu mengungkapkan perasaan-perasaan dan emosi terkait dengan masalah yang dihadapinya agar tidak menimbulkan konflik yang lebih besar dan mendalam. Namun sebaliknya, remaja yang mengalami gangguan komunikasi interpersonal, dalam hal ini kecemasan, akan merasa sulit mengungkapkan pendapat atau perasaan yang ada dalam pikiran karena khawatir pendapatnya tidak diterima orang lain, dengan demikian remaja tersebut akan merasa semakin tertekan. Kondisi individu yang tertekan ini akan menyebabkan kondisi emosi yang tidak stabil.

Kebutuhan akan komunikasi interpersonal menjadi semakin besar pula mengingat bahwa ketrampilan pengambilan keputusan pada masa remaja masih terbatas. Hal ini sejalan dengan pendapat Santrock (1995, dalam Desmita, 2007) yang mengemukakan bahwa dibandingkan dengan remaja yang lebih tua, remaja yang lebih muda memiliki kemampuan yang kurang dalam keterampilan pengambilan keputusan. Dalam hal pengambilan keputusan, seorang remaja membutuhkan bimbingan orang dewasa dalam suatu bentuk diskusi masalah agar dapat mengambil keputusan dengan tepat. Dalam proses diskusi tersebut seorang remaja dapat mengkomunikasikan pemikiran bahkan perasaan terkait dengan masalah yang dihadapi, mendapatkan pandangan-pandangan baru dan alternatif-alternatif solusi yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah berikut dengan gambaran resiko yang mungkin dihadapi terkait dengan alternatif solusi yang diambil. Komunikasi interpersonal yang terjadi dalam proses diskusi ini akan menjadi suatu media pengalaman bagi remaja untuk membangun kompetensi emosi, kognisi, maupun sosial. Kompetensi inilah yang akan mengembangkan ketrampilan interpersonal dalam diri remaja.

Mencermati hal di atas, dapat diketahui bahwa komunikasi interpersonal memegang peranan penting dalam perkembangan remaja. Sebagaimana pendapat Pikunas (1976, dalam Agustiani, 2009) yang mengemukakan bahwa mengembangkan ketrampilan komunikasi interpersonal dan membina relasi sosial merupakan salah satu tugas perkembangan yang penting pada tahap pertengahan dan akhir masa remaja. Apabila remaja mengalami gangguan dalam komunikasi interpersonal maka hal ini dapat mengganggu perkembangan remaja.

Penelitian mengenai kecemasan komunikasi interpersonal ini akan dilaksanakan pada siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta karena beberapa alasan diantaranya adalah berdasarkan *interview* yang telah dilakukan peneliti kepada salah satu guru Bimbingan Konseling, didapatkan informasi bahwa SMA Al Islam 1 Surakarta belum pernah digunakan sebagai tempat penelitian oleh peneliti sebelumnya mengenai kecemasan komunikasi interpersonal. Selain itu, dapat diketahui pula bahwa beberapa siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta diduga mengalami kecemasan komunikasi interpersonal. Berdasarkan beberapa alasan tersebut, peneliti memutuskan SMA Al Islam 1 Surakarta sebagai lokasi penelitian mengenai kecemasan komunikasi interpersonal.

Salah satu faktor kepribadian yang terkait dengan kecemasan komunikasi interpersonal adalah konsep diri. Konsep diri merupakan pandangan atau penilaian individu tentang dirinya baik fisik, sosial maupun psikologis yang dibangun dan diperoleh dari pengalaman dan interaksi dengan orang lain, yang menjadi prinsip dan pegangan bagi individu (Berzonsky, 1981; Brooks, dalam Rakhmat, 2009). Konsep diri bukanlah suatu faktor bawaan, melainkan suatu proses yang terus berkembang di sepanjang kehidupan manusia yang terbentuk dari pengalaman interpersonal seseorang ketika berinteraksi dengan lingkungannya. Konsep diri inilah yang akan mengarahkan perilaku seseorang.

Fitts (1971, dalam Agustiani, 2009) mengemukakan bahwa konsep diri merupakan aspek penting dalam diri seseorang karena konsep diri seseorang merupakan kerangka acuan (*frame of reference*) dalam berinteraksi dengan lingkungan. Fitts juga menambahkan bahwa konsep diri berpengaruh kuat

terhadap tingkah laku seseorang. Dengan mengetahui konsep diri seseorang, kita akan lebih mudah meramalkan dan memahami tingkah laku orang tersebut. Apabila individu memandang dirinya sebagai seseorang yang tidak memiliki kemampuan untuk melaksanakan suatu tugas maka perilakunya akan menunjukkan ketidakmampuannya itu. Sebaliknya jika seseorang memandang bahwa dirinya mampu melaksanakan tugas tertentu maka ia mengarahkan perilakunya menuju keberhasilan.

Rakhmat (2009) berpendapat bahwa kesuksesan komunikasi interpersonal banyak tergantung pada kualitas konsep diri. Konsep diri merupakan salah satu faktor penting dalam mengarahkan komunikasi interpersonal seseorang. Seseorang yang memiliki konsep diri negatif yang tinggi pada umumnya mempunyai ciri-ciri peka terhadap kritik, penerimaan diri negatif, pesimis terhadap kemampuannya dan harga dirinya rendah. Lebih lanjut dijelaskan bahwa bila seseorang merasa rendah diri, ia akan mengalami kesulitan untuk mengkomunikasikan gagasannya kepada orang-orang yang dihormatinya, tidak mampu berbicara di hadapan umum, atau ragu-ragu menuliskan pemikirannya dalam media massa. Sedangkan seseorang yang memiliki konsep diri positif yang tinggi pada umumnya mempunyai ciri-ciri penerimaan diri positif, optimis, dan tidak mudah cemas. Individu yang demikian tidak akan mengalami kesulitan dalam mengkomunikasikan gagasannya.

Faktor kepribadian lain yang terkait dengan kecemasan komunikasi interpersonal adalah asertivitas. Asertivitas merupakan kemampuan untuk mengekspresikan perasaan dan keyakinan diri secara terbuka, langsung, jujur,

nyaman, dan dengan cara yang sesuai, tanpa melanggar hak-hak orang lain (Lange dan Jakubowski, dalam Rakos, 1991; Alberti dan Emmons, 2002). Asertivitas yang tinggi akan mengarahkan remaja menjadi individu yang sehat mental, karena asertivitas akan membantu remaja untuk dapat dipahami oleh lingkungan terkait dengan perubahan besar dalam perkembangannya dan kebutuhan dalam diri remaja tersebut.

Salah satu bentuk perubahan besar yang menandai karakteristik perkembangan remaja adalah adanya perubahan pada pola pemikiran remaja menjadi idealis, logis, dan abstrak (Santrock, 2007). Menurut Mussen, Congen, dan Kagan (dalam Desmita, 2007), masa remaja adalah suatu periode kehidupan di mana kapasitas untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan secara efisien mencapai puncaknya. Dengan kekuatan baru dalam penalaran yang dimilikinya tersebut, remaja seringkali mempertanyakan segala sesuatu sesuai logika dan sering melakukan perdebatan mengenai topik-topik abstrak (Myers, 1996, dalam Desmita, 2007). Pada masa remaja ini, kebutuhan untuk didengar dan diakui menjadi semakin besar. Namun di sisi lain, tuntutan lingkungan sosial yang besar terhadap diri remaja seringkali berbenturan dengan kebutuhan dalam diri remaja tersebut. Konflik berupa benturan antara tuntutan lingkungan dengan kebutuhan dalam diri remaja ini akan menimbulkan emosi-emosi negatif. Remaja dengan asertivitas yang tinggi akan mampu mengungkapkan kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya sekaligus dapat mengekspresikan emosi dan perasaannya melalui cara yang tepat sehingga lingkungan pun akan memahaminya. Dengan demikian kecemasan pun dapat dihindarkan. Sedangkan apabila remaja tidak

bersikap asertif, memilih untuk diam tanpa mengutarakan perasaan dan pikirannya pada orang lain, dan cenderung untuk memenuhi tuntutan lingkungan dengan menekan kebutuhan dirinya maka akan menimbulkan ketegangan dan perasaan yang tidak nyaman akibat menahan dan menyimpan sesuatu yang ingin diutarakan. Apabila konflik berupa benturan antara tuntutan lingkungan dengan kebutuhan diri remaja ini dibiarkan terus-menerus maka dimungkinkan akan mudah mendorong timbulnya kecemasan dalam diri remaja.

Berdasarkan uraian di atas dapat dijelaskan bahwa secara bersama-sama konsep diri dan asertivitas terkait dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada remaja. Hal ini sejalan dengan pendapat Townend (1991) yang menjelaskan bahwa asertivitas berkaitan dengan kepercayaan pada diri sendiri, memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, dan berperilaku terhadap orang lain melalui sebuah cara yang jujur dan langsung. Remaja yang memiliki konsep diri positif yang tinggi pada umumnya mempunyai ciri-ciri penerimaan diri positif, optimis, dan tidak mudah cemas. Individu tersebut memiliki penilaian yang positif mengenai dirinya, sehingga individu merasa diterima dan menyatu dengan lingkungan sosialnya. Dengan demikian remaja tidak akan mengalami kesulitan dalam mengkomunikasikan gagasannya. Selanjutnya, dengan bersikap asertif, seorang remaja akan mampu mengekspresikan pikiran dan perasaannya secara jujur dan terbuka kepada orang lain, tanpa menimbulkan ketegangan dan perasaan yang tidak nyaman akibat menahan dan menyimpan sesuatu yang ingin diutarakan. Dengan demikian remaja tidak mudah mengalami kecemasan komunikasi interpersonal.

Untuk mengkaji lebih lanjut permasalahan tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul: "Hubungan antara Konsep Diri dan Asertivitas dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada Siswa Kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah yang penulis ajukan adalah sebagai berikut: Apakah ada hubungan antara konsep diri dan asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian dalam penulisan ini adalah untuk mengetahui:

1. Hubungan antara konsep diri dan asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta .
2. Hubungan antara konsep diri dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta.
3. Hubungan antara asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang akan didapat adalah sebagai berikut:

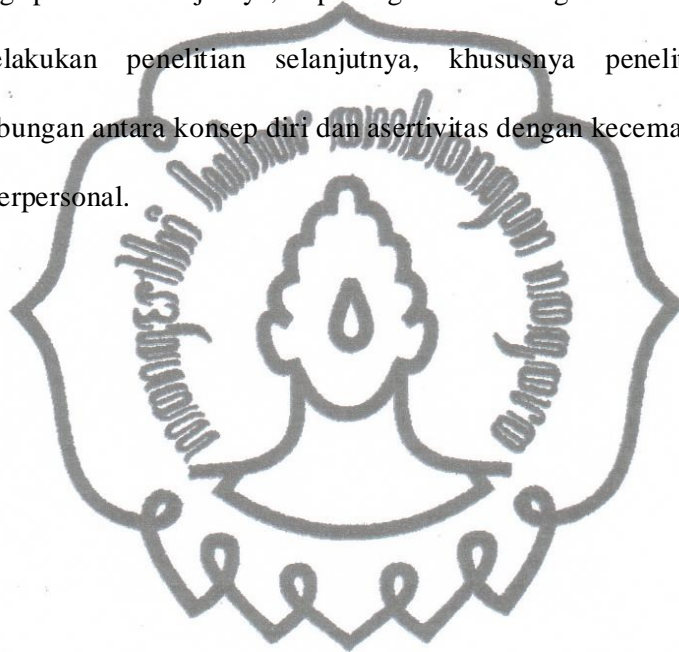
1. Manfaat teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi mengenai konsep diri, asertivitas, dan kecemasan komunikasi interpersonal dalam pengembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi sosial, psikologi perkembangan, dan psikologi pendidikan, atau studi psikologi pada umumnya.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi siswa, memberikan informasi mengenai hubungan antara konsep diri dan asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada remaja, yang dapat menjadi bahan pertimbangan untuk berupaya menghindari kecemasan komunikasi interpersonal dengan mengembangkan konsep diri dan asertivitas.
- b. Bagi orang tua, dapat memberikan informasi dan wawasan mengenai hubungan konsep diri dan asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada remaja, sehingga dapat menjadi pertimbangan bagi orang tua dalam memberikan perlakuan-perlakuan yang tepat dalam upaya membangun konsep diri dan asertivitas.
- c. Bagi guru dan sekolah, dapat memberikan informasi yang berkaitan dengan upaya membantu siswa agar terhindar dari kecemasan komunikasi interpersonal sekaligus mengarahkan untuk mengembangkan konsep diri dan asertivitas dalam diri siswa.

- d. Bagi para praktisi dan pihak-pihak terkait yang bertanggung jawab pada permasalahan remaja, dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam mengembangkan konsep diri dan asertivitas untuk membantu permasalahan remaja terkait dengan kecemasan komunikasi interpersonal.
- e. Bagi peneliti selanjutnya, dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk melakukan penelitian selanjutnya, khususnya penelitian mengenai hubungan antara konsep diri dan asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kecemasan Komunikasi Interpersonal

1. Pengertian Kecemasan Komunikasi Interpersonal

a. Pengertian Kecemasan

Kecemasan merupakan kondisi emosi yang buram dan tidak menyenangkan disertai ciri-ciri takut terhadap suatu hal, rasa gentar, menekan, dan tidak nyaman (Reber dan Reber, 2010).

Kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti “kekhawatiran”, “keprihatinan”, dan “rasa takut”, yang kadang-kadang dialami dalam tingkat yang berbeda-beda (Atkinson dkk., 2001).

Burgoon dan Ruffner (1977) menyatakan kecemasan sebagai suatu keadaan cemas, tegang, dan takut terhadap sesuatu. Kecemasan adalah perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut (Chaplin, 2008).

Nevid, dkk (2005) mendefinisikan kecemasan (*anxiety*) sebagai suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Kecemasan berlaku ketika seseorang mengalami perselisihan dalam dirinya. Hal ini sejalan dengan pendapat Muss (1996) yang mengemukakan bahwa kecemasan adalah

commit to user

keadaan psikologis yang tertekan yang timbul karena adanya perselisihan dari dalam diri individu.

Pandapat lain disampaikan oleh Yoseph (1986, dalam Sobur, 2003), yang mengemukakan bahwa kecemasan adalah rasa sudah terkepung, sudah terjepit, dan sudah terperangkap oleh dan didalam bahaya. Yoseph menambahkan bahwa seseorang yang mengalami kecemasan merasa terancam keselamatannya dan tidak mengetahui langkah serta cara yang harus diambil untuk menyelamatkan dirinya.

Berdasarkan pengertian dari beberapa ahli di atas, dapat diperoleh pengertian bahwa kecemasan adalah suatu kondisi psikologis yang tertekan yang timbul karena adanya perselisihan dalam diri individu, meliputi rasa khawatir, tegang, dan takut terhadap suatu hal yang akan terjadi di masa mendatang.

b. Pengertian Komunikasi Interpersonal

Menurut Weiten, dkk. (2009), komunikasi interpersonal adalah proses interaksi di mana satu orang mengirimkan pesan kepada orang lain. Suatu proses komunikasi dapat didefinisikan sebagai komunikasi interpersonal jika minimal terdapat dua orang yang terlibat, melibatkan rangkaian aksi sehingga dapat dikatakan sebagai suatu proses, dan proses yang terjadi adalah interaksional artinya tidak terjadi satu arah.

Komunikasi interpersonal merupakan penyampaian pesan oleh satu orang dan penerimaan pesan oleh orang lain atau sekelompok kecil orang,

dengan berbagai dampaknya dan dengan peluang untuk memberikan umpan balik segera (DeVito, 1997).

Sedangkan Hardjana (dalam Suseno, 2009) mendefinisikan bahwa komunikasi interpersonal adalah interaksi tatap muka antara dua orang atau beberapa orang, dimana pengirim dapat menyampaikan secara langsung, dan penerima pesan dapat menerima dan menanggapi secara langsung pula.

Keltner (dalam Tuasikal, 2008) menjelaskan bahwa dalam komunikasi interpersonal, pembicaraan antara kedua pihak berlangsung akrab, berusaha saling memahami, terjadi tanya jawab, sehingga terdapat saling pengertian, disertai segala macam lambang yang melengkapi kata demi terdapatnya pengertian yang serasi diantara kedua pihak yang terlibat.

Berdasarkan pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal adalah proses interaksi yang melibatkan dua pihak atau lebih, dimana pengirim dapat menyampaikan pesan dan penerima pesan dapat menerima dan menanggapi ataupun memberikan umpan balik dengan segera, yang memiliki pengaruh satu sama lain.

c. Pengertian Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Komunikasi merupakan bagian penting dalam interaksi sosial manusia, walaupun demikian banyak permasalahan yang timbul berkaitan dengan komunikasi. Salah satu permasalahan yang dihadapi manusia terkait dengan komunikasi adalah kecemasan komunikasi interpersonal.

commit to user

Berbagai definisi mengenai kecemasan komunikasi telah diungkapkan oleh beberapa ahli. Salah satunya adalah Burgoon dan Ruffner (1977) yang menjelaskan kecemasan komunikasi dengan istilah *communication apprehension* yaitu istilah yang tepat untuk menggambarkan reaksi negatif dalam bentuk kecemasan yang dialami seseorang dalam pengalaman komunikasinya, baik itu kecemasan berbicara di muka umum maupun kecemasan komunikasi interpersonal.

Pendapat lain disampaikan oleh DeVito (1995) yang menyebut kecemasan komunikasi dengan istilah *communication apprehension* yaitu suatu keadaan takut atau cemas dalam interaksi komunikasi. Kecemasan komunikasi ini terjadi karena seseorang mengembangkan perasaan negatif dan memprediksikan hasil negatif pula dalam interaksi komunikasinya dengan orang lain. DeVito juga membedakan antara *trait apprehension* dengan *state apprehension*. *Trait apprehension* adalah kecemasan dalam menghadapi berbagai situasi komunikasi. Sedangkan *state apprehension* adalah kecemasan dalam menghadapi situasi komunikasi khusus, misalnya wawancara kerja atau kecemasan yang timbul saat berbicara di depan umum. *State apprehension* ini merupakan kondisi yang umum dialami oleh sebagian besar orang.

Philips (dalam Apollo, 2007) menyebut kecemasan komunikasi dengan istilah *reticence*, yaitu ketidakmampuan mengikuti diskusi secara aktif, mengembangkan percakapan, menjawab pertanyaan yang diajukan di kelas atau pekerjaan, yang bukan disebabkan oleh kurangnya

pengetahuan akan tetapi karena adanya ketidakmampuan dalam menyusun kata-kata dan ketidakmampuan menyampaikan pesan secara sempurna, meskipun sudah dipersiapkan sebelumnya. Beberapa reaksi fisiologis yang berkaitan dengan kecemasan komunikasi antara lain, perut terasa mual, tangan berkeringat dingin, mulut kering, serta jantung berdegup kencang (Weiten, dkk., 2009). Denyut jantung yang berdebar ini akan membuat seseorang menjadi semakin tegang dan tidak mampu berpikir tentang hal-hal yang ingin diungkapkan ketika berkomunikasi dengan orang lain.

Barker dan Gaut (1996) mengemukakan bahwa kecemasan komunikasi selama bertahun-tahun didefinisikan sebagai suatu ketakutan terhadap situasi. Akan tetapi, sekarang, para ahli komunikasi percaya bahwa respon fisiologis ini lebih disebabkan oleh kecemasan daripada ketakutan. Ketakutan adalah respon spontan, sedangkan kecemasan meliputi antisipasi terhadap suatu kejadian. Ketakutan biasanya ditimbulkan oleh stimulus dari luar, sedangkan kecemasan berasal dari dalam diri seseorang.

Daly dan McCroskey (1984, dalam Frantz, dkk., 2005) juga mengemukakan kecemasan komunikasi interpersonal sebagai suatu ketakutan atau kecemasan dalam komunikasi baik yang sedang berlangsung atau akan berlangsung, yang terjadi antar individu atau beberapa individu.

Kecemasan komunikasi merupakan kecemasan yang timbul setelah seseorang berbicara dengan orang lain. Beberapa orang mengalami kecemasan komunikasi di semua situasi komunikasi (termasuk komunikasi antar individu), tetapi beberapa orang lainnya memiliki masalah hanya ketika mereka diharuskan berbicara dalam kelompok.

Adapun dalam penelitian ini, penulis ingin mengungkap mengenai kecemasan komunikasi interpersonal. Oleh karena itu, berdasarkan uraian di atas mengenai kecemasan dan komunikasi interpersonal, maka dapat dijelaskan bahwa kecemasan komunikasi interpersonal adalah suatu keadaan cemas, tegang, dan takut yang dialami seseorang dalam interaksi komunikasi yang terjadi antar individu atau beberapa individu.

2. Aspek-aspek Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Burgoon dan Ruffner (1977) mengemukakan tiga aspek untuk mengungkap kecemasan komunikasi, yaitu:

- a. *Unwillingness*, yaitu ketidaksediaan untuk berkomunikasi yang ditandai oleh kecemasan, introversi, dan rendahnya frekuensi partisipasi dalam berbagai situasi komunikasi.
- b. *Avoiding*, yaitu penghindaran dari partisipasi karena kecemasan dan pengalaman komunikasi yang tidak menyenangkan, ditandai dengan kurangnya penghargaan yang baik terhadap situasi komunikasi dan kurangnya pengenalan situasi komunikasi yang mempengaruhi intimasi dan empati.

- c. *Control*, yaitu rendahnya pengendalian terhadap situasi komunikasi yang terjadi karena faktor lingkungan dan ketidakmampuan menyesuaikan diri dengan individu yang berbeda serta reaksi lawan bicara.

Richmond dan McCroskey (1995, dalam Weiten, dkk., 2009) menyebutkan empat aspek kecemasan komunikasi interpersonal, antara lain:

a. *Avoidance*

Individu yang mengalami kecemasan komunikasi memilih untuk tidak berpartisipasi ketika dihadapkan pada situasi komunikasi. Apabila individu meyakini bahwa pembicaraan akan membuatnya tidak nyaman, maka individu akan menghindari situasi komunikasi tersebut.

b. *Withdrawal*

Individu akan menarik diri ketika secara tidak terduga terjebak dalam situasi komunikasi dan individu tersebut tidak dapat keluar dari situasi komunikasi itu. Dalam kondisi demikian individu memilih untuk diam atau berbicara sesedikit mungkin.

c. *Disruption*

Individu yang mengalami kecemasan komunikasi menunjukkan ketidakmampuan berkomunikasi verbal secara lancar atau ketidakmampuan berperilaku verbal dan nonverbal dengan tepat dalam komunikasi.

d. *Overcommunication*

Hal yang sangat tidak biasa terjadi pada individu yang mengalami kecemasan komunikasi. Hal tersebut pernah terjadi bahwa individu yang

mengalami kecemasan komunikasi terlihat mendominasi komunikasi dengan berbicara tiada henti. Meskipun individu tersebut terlihat sebagai seseorang yang mengalami hambatan komunikasi, namun pada umumnya mereka tidak merasa mengalami kecemasan komunikasi.

Peneliti menggunakan aspek kecemasan komunikasi interpersonal dari Burgoon dan Ruffner (1977) untuk penyusunan skala penelitian yang terdiri dari *unwillingness* yaitu ketidaksediaan untuk berkomunikasi, *avoiding* yaitu penghindaran dari partisipasi komunikasi, dan *control*, yaitu rendahnya pengendalian terhadap situasi komunikasi. Peneliti menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Burgoon dan Ruffner (1977) karena dipandang dapat menjelaskan aspek kecemasan komunikasi interpersonal secara komprehensif.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Kecemasan komunikasi yang dialami individu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Burgoon dan Ruffner (1977) mengemukakan satu alasan yang memungkinkan bahwa seseorang merasa cemas atau menghindari situasi komunikasi adalah bahwa mereka tidak mendapatkan *reward* (penghargaan) atas partisipasinya dalam pengalaman komunikasinya di masa lalu. Alasan lain yang memungkinkan timbulnya kecemasan adalah adanya evaluasi atau penilaian. Seseorang yang mengetahui bahwa penampilan dirinya dinilai atau dievaluasi akan membuat ia semakin cemas.

DeVito (1995) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi timbulnya kecemasan komunikasi interpersonal pada individu, antara lain:

a. Kurangnya ketrampilan dan pengalaman komunikasi

Kurangnya ketrampilan dan pengalaman komunikasi dapat menyebabkan kesulitan dalam komunikasi dan menimbulkan kecemasan dalam berkomunikasi.

b. Tingkat evaluasi

Apabila individu menghadapi situasi yang lebih evaluatif, kecemasan yang ada dalam diri individu tersebut akan menjadi semakin besar.

c. Status yang lebih rendah

Adanya perasaan bahwa orang lain sebagai komunikator yang lebih baik dan lebih banyak pengetahuan daripada individu yang bersangkutan, akan meningkatkan kecemasan pada individu tersebut.

d. Tingkat penarikan perhatian

Semakin individu diperhatikan, maka semakin besar pula kecemasan yang dirasakannya. Hal inilah yang menyebabkan berbicara di depan umum menimbulkan kecemasan yang lebih besar dibandingkan berbicara di hadapan sejumlah kelompok kecil orang. Hal tersebut disebabkan adanya perasaan yang membebani bahwa lebih banyak orang yang memperhatikan dirinya. Ketika individu berbicara di depan umum (menyampaikan pidato di depan publik), individu tersebut akan menjadi pusat perhatian. Dengan demikian kecemasan yang timbul akan semakin besar. Sedangkan dalam

sebuah diskusi kelompok kecil misalnya, perhatian akan tersebar ke sejumlah orang.

e. Tingkat ketidakpastian

Semakin tidak teramalkan suatu situasi, semakin besar kecemasan yang akan terjadi. Situasi baru dan ambigu yang tidak teramalkan akan menyebabkan individu menjadi cemas. Hal ini tampak ketika seseorang menghadapi situasi baru ataupun seseorang yang belum dikenalnya.

f. Tingkat kesamaan

Ketika individu merasa terdapat sedikit kesamaan antara dirinya dengan lawan bicaranya, individu akan merasa cemas. Pengalaman kecemasan dalam komunikasi ini biasa muncul ketika individu semakin merasa berbeda dengan lawan bicaranya.

g. Pengalaman kegagalan dan kesuksesan masa lalu

Pengalaman individu pada masa lampau akan mempengaruhi respon individu ketika menghadapi situasi yang sama. Pengalaman keberhasilan seseorang dalam menjalin komunikasi menyebabkan individu optimis akan berhasil dalam komunikasi selanjutnya, sedangkan pengalaman kegagalan membuat individu merasa kegagalan komunikasi yang pernah terjadi akan terulang kembali.

Menurut Adler dan Rodman (1985, dalam Apollo, 2007) ada empat faktor penyebab kecemasan komunikasi, yaitu:

- a. *Previous experience*, yaitu karena adanya pengalaman komunikasi masa lalu yang tidak menyenangkan.

- b. *Reinforcement*, yaitu individu belajar mengulang perilaku yang diberi penguatan, sementara perilaku yang tidak diberi penguatan cenderung dihilangkan.
- c. *Skill acquisition*, yaitu individu akan mengalami kecemasan komunikasi karena gagal mengembangkan ketrampilan berkomunikasi secara sukses.
- d. *Modelling*, yaitu kecemasan komunikasi dipengaruhi proses imitasi.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat diketahui beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan komunikasi, antara lain kurangnya ketrampilan dan pengalaman komunikasi (*lack of communication skills and experience*), tingkat evaluasi (*degree of evaluation*), status yang lebih rendah (*subordinate status*), tingkat penarikan perhatian (*degree of conspicuousness*), tingkat ketidakpastian (*degree of unpredictability*), tingkat kesamaan (*degree of dissimilarity*), pengalaman kesuksesan dan kegagalan, penguatan (*reinforcement*), dan *modelling*.

B. Konsep Diri

1. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri merupakan pandangan atau penilaian seseorang tentang dirinya baik fisik, sosial maupun psikologis yang dibangun dan diperoleh dari pengalaman dan interaksi dengan orang lain (Brooks, dalam Rakhmat, 2009).

Berzonsky (1981) mengemukakan bahwa konsep diri meliputi keseluruhan konsep, asumsi, dan prinsip selama kehidupan dan menjadi suatu pegangan bagi individu.

Rice dan Dolgin (2002) menjelaskan bahwa konsep diri merupakan pendapat, pemikiran, persepsi kognitif, dan evaluasi seseorang terhadap dirinya. Sedangkan menurut Weiten, dkk. (2009) konsep diri adalah kumpulan keyakinan individu mengenai dirinya yang terorganisasi. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Deaux, dkk. (1993, dalam Sarwono dan Meinarno, 2009) bahwa konsep diri merupakan sekumpulan keyakinan dan perasaan seseorang mengenai dirinya. Keyakinan seseorang mengenai dirinya bisa berkaitan dengan bakat, minat, kemampuan, ataupun penampilan fisik.

Cawagas (1983, dalam Pudjijogiyanti, 1993) menjelaskan bahwa konsep diri mencakup seluruh pandangan individu akan dimensi fisiknya, karakteristik pribadinya, motivasinya, kelemahannya, kepandaianya, dan kegagalannya. Sedangkan Burns (1993, dalam Pratiwi, dkk., 2009) mendefinisikan konsep diri sebagai kesan individu terhadap dirinya sendiri secara keseluruhan mencakup pendapatnya tentang diri sendiri, pendapatnya tentang gambaran dirinya di mata orang lain, dan pendapatnya tentang hal-hal yang dapat dicapainya.

Konsep diri adalah inti kepribadian individu. Inti kepribadian ini berperan penting untuk menentukan dan mengarahkan perkembangan kepribadian serta perilaku individu (Wanei, 2006).

Fitts (1971, dalam Agustiani, 2009) juga mengemukakan bahwa konsep diri merupakan aspek penting dalam diri seseorang karena konsep diri seseorang merupakan kerangka acuan (*frame of reference*) dalam berinteraksi

dengan lingkungan. Lebih lanjut dijelaskan bahwa konsep diri berpengaruh kuat terhadap tingkah laku seseorang.

Berdasarkan uraian di atas, dalam penelitian ini penulis menggunakan definisi yang dikemukakan oleh Berzonsky (1981) karena dipandang dapat menjelaskan konsep diri secara komprehensif. Dengan demikian konsep diri dapat diartikan keseluruhan konsep, asumsi, dan prinsip selama kehidupan dan menjadi suatu pegangan bagi individu. Dalam penelitian ini, penulis akan mengukur tinggi rendahnya konsep diri positif.

2. Aspek-Aspek dan Ciri-Ciri Konsep Diri

Fitts (1971, dalam Agustiani, 2009) membagi konsep diri dalam dua dimensi pokok, yaitu sebagai berikut:

a. Dimensi internal

Dimensi internal atau yang disebut juga kerangka acuan internal (*internal frame of reference*) adalah penilaian yang dilakukan individu yakni penilaian yang dilakukan individu terhadap dirinya sendiri berdasarkan dunia di dalam dirinya. Dimensi ini terdiri atas tiga bentuk:

1) Diri identitas (*identity self*)

Bagian diri ini merupakan aspek yang paling mendasar pada konsep diri dan mengacu pada pertanyaan yang mencakup label-label dan simbol-simbol yang diberikan pada diri (*self*) oleh individu-individu yang bersangkutan untuk menggambarkan dirinya dan membangun identitasnya. Kemudian dengan bertambahnya usia dan interaksi dengan lingkungannya, pengetahuan individu tentang dirinya juga

commit to user

bertambah sehingga ia dapat melengkapi keterangan tentang dirinya dengan hal-hal yang lebih kompleks.

2) Diri pelaku (*behavioral self*)

Diri pelaku merupakan persepsi individu tentang tingkah lakunya, yang berisikan segala kesadaran mengenai “apa yang dilakukan oleh diri”. Selain itu bagian ini berkaitan erat dengan diri identitas. Diri yang adekuat akan menunjukkan adanya keserasian antara diri identitas dengan diri pelakunya, sehingga ia dapat mengenali dan menerima, baik diri sebagai identitas maupun diri sebagai pelaku. Kaitan dari keduanya dapat dilihat pada diri sebagai penilai.

3) Diri penerimaan/penilai (*judging self*)

Diri penilai berfungsi sebagai pengamat, penentu standar, dan evaluator. Kedudukannya adalah sebagai perantara (mediator) antara diri identitas dan diri pelaku.

Manusia cenderung memberikan penilaian terhadap apa yang dipersepsikannya. Oleh karena itu, label-label yang dikenakan pada dirinya bukan semata-mata menggambarkan dirinya, tetapi juga sarat dengan nilai-nilai. Selanjutnya penilaian itu lebih berperan dalam menentukan tindakan yang akan ditampilkannya.

Diri penilai menentukan kepuasan seseorang akan dirinya atau seberapa jauh seseorang menerima dirinya. Kepuasan diri yang rendah akan menimbulkan harga diri (*self-esteem*) yang rendah pula dan akan mengembangkan ketidakpercayaan yang mendasar pada dirinya.

Sebaliknya, bagi individu yang memiliki kepuasan diri yang tinggi, kesadaran dirinya lebih realistis, sehingga lebih memungkinkan individu yang bersangkutan untuk melupakan keadaan dirinya dan memfokuskan energi serta perhatiannya ke luar diri, dan pada akhirnya dapat berfungsi lebih konstruktif.

b. Dimensi eksternal

Pada dimensi eksternal, individu menilai dirinya melalui hubungan dan aktivitas sosialnya, nilai-nilai yang dianutnya, serta hal-hal lain di luar dirinya. Dimensi ini merupakan suatu hal yang luas, misalnya diri yang berkaitan dengan sekolah, organisasi, agama, dan sebagainya. Namun, dimensi yang dikemukakan oleh Fitts (1971, dalam Agustiani, 2009) adalah dimensi yang bersifat umum bagi semua orang, dan dibedakan atas lima bentuk, yaitu:

1) Diri fisik (*physical self*)

Diri fisik menyangkut persepsi seseorang terhadap keadaan dirinya secara fisik. Dalam hal ini terlihat persepsi seseorang mengenai kesehatan dirinya, penampilan dirinya, dan keadaan tubuhnya.

2) Diri etik-moral (*moral-ethical self*)

Bagian ini merupakan persepsi seseorang terhadap dirinya dilihat dari standar pertimbangan nilai moral dan etika. Hal ini menyangkut persepsi seseorang mengenai hubungan dengan Tuhan, kepuasan seseorang akan kehidupan keagamaannya dan nilai-nilai moral yang dipegangnya, yang meliputi batasan baik dan buruk.

3) Diri pribadi (*personal self*)

Diri pribadi merupakan perasaan atau persepsi seseorang tentang keadaan pribadinya. Hal ini tidak dipengaruhi oleh kondisi fisik atau hubungan dengan orang lain, tetapi dipengaruhi oleh sejauh mana individu merasa puas terhadap pribadinya atau sejauhmana ia merasa dirinya sebagai pribadi yang tepat.

4) Diri keluarga (*family self*)

Diri keluarga menunjukkan perasaan dan harga diri seseorang dalam kedudukannya sebagai anggota keluarga. Bagian ini menunjukkan seberapa jauh seseorang merasa adekuat terhadap dirinya sebagai anggota keluarga, serta terhadap peran maupun fungsi yang dijalankannya sebagai anggota dari suatu keluarga.

5) Diri sosial (*social self*)

Bagian ini merupakan penilaian individu terhadap interaksi dirinya dengan orang lain maupun lingkungan di sekitarnya.

Berzonsky (1981) menyebutkan empat aspek konsep diri, antara lain:

a. *Physical self*

Diri fisik atau diri materi terdiri dari cara penilaian individu terhadap segala sesuatu yang dimilikinya dan terlihat mata seperti tubuh, uang, ataupun barang. Aspek utamanya adalah tubuh sebab gambaran tubuh seseorang merupakan dasar di dalam mengkonseptualisasikan dirinya.

b. *Social self*

Diri sosial terdiri dari peranan-peranan sosial yang dimainkan individu serta tentang penilaian individu terhadap kinerja peran tersebut. Masing-masing peran melibatkan harapan-harapan sosial tentang bagaimana mereka diharapkan berperilaku. Diri sosial melibatkan pernyataan tentang efektivitas individu dalam memenuhi harapan tersebut.

c. *Moral self*

Diri moral termasuk nilai-nilai dan prinsip-prinsip yang memberikan arti dan arahan bagi kehidupan individu.

d. *Psychological self*

Diri psikologis meliputi pikiran, perasaan, dan sikap individu tentang dirinya yang terkonseptualisasikan.

Menurut Brooks dan Emmert (1976, dalam Rakhmat, 2009) individu yang mempunyai konsep diri negatif yang tinggi menunjukkan ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Peka terhadap kritik,
- b. Responsif terhadap pujian,
- c. Cenderung merasa tidak disenangi orang lain,
- d. Bersikap pesimis terhadap kompetisi.

Sedangkan orang yang memiliki konsep diri positif yang tinggi ditandai dengan lima hal, yaitu:

- a. Memiliki keyakinan akan kemampuannya mengatasi masalah,

- b. Merasa setara dengan orang lain,
- c. Menerima pujian tanpa rasa malu,
- d. Memiliki kesadaran bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan, keinginan dan perilaku yang tidak seluruhnya disetujui masyarakat,
- e. Memiliki kemampuan memperbaiki dirinya karena ia sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang tidak disenanginya dan berusaha mengubahnya.

Hamachek (dalam Rakhmat, 2009) mengemukakan sebelas karakteristik orang yang mempunyai konsep diri positif yang tinggi, antara lain:

- a. Meyakini betul-betul nilai-nilai dan prinsip-prinsip tertentu serta bersedia mempertahankannya, walaupun menghadapi pendapat kelompok yang kuat. Tetapi, dia juga merasa dirinya cukup tangguh untuk mengubah prinsip-prinsip itu bila pengalaman dan bukti-bukti baru menunjukkan ia salah.
- b. Mampu bertindak berdasarkan penilaian yang baik tanpa merasa bersalah yang berlebih-lebihan, atau menyesali tindakannya jika orang lain tidak menyetujui tindakannya.
- c. Tidak menghabiskan waktu yang tidak perlu untuk mencemaskan apa yang akan terjadi besok, apa yang telah terjadi waktu yang lalu, dan apa yang sedang terjadi waktu sekarang.

- d. Memiliki keyakinan pada kemampuannya untuk mengatasi persoalan, bahkan ketika ia menghadapi kegagalan atau kemunduran.
- e. Merasa sama dengan orang lain, sebagai manusia tidak tinggi atau rendah, walaupun terdapat perbedaan dalam kemampuan tertentu, latar belakang keluarga, atau sikap orang lain terhadapnya.
- f. Sanggup menerima dirinya sebagai orang yang penting dan bernilai bagi orang lain, paling tidak bagi orang-orang yang ia pilih sebagai sahabatnya.
- g. Dapat menerima pujian tanpa berpura-pura rendah hati, dan menerima penghargaan tanpa merasa bersalah.
- h. Cenderung menolak usaha orang lain untuk mendominasinya.
- i. Sanggup mengaku kepada orang lain bahwa ia mampu merasakan berbagai dorongan dan keinginan, dari perasaan marah sampai cinta, dari sedih sampai bahagia, dari kekecewaan yang mendalam sampai kepuasan yang mendalam pula.
- j. Mampu menikmati dirinya secara utuh dalam berbagai kegiatan yang meliputi pekerjaan, permainan, ungkapan diri yang kreatif, persahabatan, atau sekedar mengisi waktu.
- k. Peka pada kebutuhan orang lain, pada kebiasaan sosial yang telah diterima, dan terutama sekali pada gagasan bahwa ia tidak bisa bersenang-senang dengan mengorbankan orang lain.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan aspek konsep diri yang dikemukakan oleh Berzonsky (1981) yang dikolaborasikan dengan karakteristik konsep diri yang dikemukakan oleh Hamachek (dalam Rakhmat,

2009). Karakteristik tersebut kemudian didistribusikan ke dalam aspek-aspek yang dikemukakan oleh Berzonsky.

3. Arti Penting Konsep Diri dalam Menentukan Perilaku

Konsep diri mempunyai peranan penting dalam menentukan dan mengarahkan perilaku individu. Menurut Pudjijogiyanti (1993), terdapat tiga alasan yang dapat menjelaskan peranan penting konsep diri dalam menentukan perilaku, yaitu:

- a. Pertama, konsep diri mempunyai peranan dalam mempertahankan keselarasan batin (*inner consistency*). Alasan ini berpangkal dari pendapat bahwa pada dasarnya individu berusaha mempertahankan keselarasan batinnya. Apabila timbul perasaan, pikiran atau persepsi yang tidak seimbang atau saling bertentangan, maka akan terjadi situasi psikologis yang tidak menyenangkan. Untuk menghilangkan ketidakselarasan tersebut, individu akan mengubah perilakunya.
- b. Kedua, seluruh sikap dan pandangan individu terhadap dirinya sangat mempengaruhi individu tersebut dalam menafsirkan pengalamannya. Sebuah kejadian akan ditafsirkan secara berbeda antara individu yang satu dengan lainnya karena masing-masing individu mempunyai sikap dan pandangan yang berbeda terhadap diri mereka.
- c. Ketiga, konsep diri menentukan pengharapan individu. Menurut beberapa ahli, pengharapan ini merupakan inti dari konsep diri. Sebagaimana yang dikemukakan oleh McCandless (dalam Pudjijogiyanti, 1993) bahwa konsep

diri merupakan seperangkat harapan serta penilaian perilaku yang merujuk pada harapan-harapan tersebut. Keyakinan individu tentang perkataan yang diucapkannya mencerminkan sikap dan pandangan negatif terhadap dirinya sendiri. Pandangan negatif terhadap dirinya menyebabkan individu mengharapkan tingkat keberhasilan yang akan dicapai hanya pada taraf yang rendah. Patokan yang rendah tersebut menyebabkan individu yang bersangkutan tidak mempunyai motivasi untuk mencapai prestasi yang gemilang.

C. Asertivitas

1. Pengertian Asertivitas

Asertivitas merupakan kemampuan untuk mencari, mempertahankan atau meningkatkan penguat (*reinforce*) dalam suatu situasi interpersonal melalui pengekspresian perasaan-perasaan dirinya (Rich dan Schroeder, dalam Rakos, 1991).

Myers dan Myers (1992) mengemukakan bahwa asertivitas adalah mempertahankan hak-hak pribadi dengan suatu cara yang tidak melanggar ataupun mengancam hak orang lain. Lebih lanjut, Myers juga mendefinisikan asertivitas sebagai tindakan mengekspresikan perasaan dan keyakinan secara terbuka, langsung, jujur, dan dengan cara yang sesuai.

Asertivitas meliputi tindakan mempertahankan hak-hak pribadi dan mengekspresikan pikiran, perasaan dan keyakinan secara langsung, jujur dan

melalui cara yang sesuai yang tidak melanggar hak-hak orang lain (Lange dan Jakubowski dalam Rakos, 1991).

Eisler dan Frederiksen (1980, dalam Rakos, 1991) mengemukakan asertivitas adalah mengekspresikan suatu pendapat dan kehendak secara langsung. Asertivitas berkaitan dengan kepercayaan pada diri sendiri, memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, dan berperilaku terhadap orang lain melalui sebuah cara yang jujur dan langsung (Townend, 1991).

Selanjutnya menurut Lazarus (1973, dalam Rakos, 1991) perilaku asertif dapat didefinisikan sebagai kemampuan untuk berkata "tidak", kemampuan untuk mengajukan permintaan, kemampuan untuk mengekspresikan perasaan positif dan negatif, kemampuan untuk memulai, melanjutkan, dan mengakhiri percakapan umum.

Pendapat lain disampaikan oleh Alberti dan Emmons (2002) yang menjelaskan bahwa perilaku yang asertif merupakan perilaku berani menuntut hak-haknya tanpa mengalami ketakutan atau rasa bersalah serta tanpa melanggar hak-hak orang lain. Berperilaku asertif berarti memberikan respon yang relevan dan konsisten dengan tuntutan konteks sosial tertentu.

Asertivitas meliputi tindakan terbaik dari diri seseorang dengan mengekspresikan pikiran dan perasaan secara langsung dan jujur. Pada dasarnya, asertivitas melibatkan tindakan mempertahankan hak pribadi ketika orang lain melanggarnya (Weiten, dkk., 2009).

Alberti dan Emmons (dalam DeVito, 1995) menjelaskan individu yang asertif bertanggung jawab secara penuh dalam hubungan interpersonal, merasa percaya diri dan mampu tanpa bersikap sombong atau bermusuhan, secara spontan dapat mengekspresikan perasaan dan emosinya, dan biasanya dikagumi oleh orang lain.

Berdasarkan uraian di atas, dapat dijelaskan bahwa asertivitas adalah kemampuan mengekspresikan suatu pendapat dan kehendak secara langsung, berani menuntut hak-hak tanpa mengalami ketakutan atau rasa bersalah serta tanpa melanggar hak orang lain. Peneliti menggunakan definisi dari Alberti dan Emmons (2002) karena dirasa dapat menjelaskan asertivitas secara komprehensif dan sejalan dengan teori yang penulis gunakan dalam penelitian ini serta mampu menjelaskan asertivitas sejalan dengan karakteristik perkembangan remaja.

2. Aspek-aspek dan Karakteristik Asertivitas

Myers dan Myers (1992) menyebutkan lima karakteristik orang yang asertif, antara lain:

- a. Mereka merasa bebas untuk mengekspresikan dirinya, untuk menyatakan perasaannya.
- b. Mereka dapat berkomunikasi dengan semua orang dari berbagai tingkatan, baik orang yang tidak dikenal, keluarga, ataupun teman. Serta mampu berkomunikasi secara terbuka, langsung, jujur, dan sesuai pada berbagai situasi.

- c. Mereka memiliki orientasi aktif tentang hidupnya. Mereka bertanggung jawab pada suatu kejadian atau situasi dan selalu mencari pengalaman baru.
- d. Mereka berbuat dan bertindak melalui sebuah cara yang menunjukkan penghormatan atau penghargaan terhadap diri mereka sendiri, mereka menerima pembatasan-pembatasan terhadap perilaku mereka tetapi masih juga berusaha untuk mencapai tujuan mereka.

Sedangkan Norton dan Warnick (1976, dalam DeVito, 1995) mengemukakan empat karakteristik asertivitas dalam komunikasi interpersonal, yaitu:

- a. Open

Artinya, mampu mengekspresikan perasaan secara terus terang.

- b. Not anxious

Artinya, mampu menyatakan pendapat dan keyakinan dan tidak merasa cemas dalam menghadapi tekanan situasi komunikasi.

- c. Contentious

Artinya, mampu mempertahankan hak pribadi, sekalipun ini menimbulkan perselisihan dengan orang lain.

- d. Not intimidated

Artinya, berpegang teguh pada keyakinan dan tidak mudah dipengaruhi.

Sedangkan Alberti dan Emmons (2002) menjelaskan enam aspek asertivitas, yang meliputi:

a. Mempromosikan kesetaraan dalam hubungan manusia

Berarti menempatkan kedua belah pihak secara setara, memulihkan keseimbangan kekuatan dengan cara memberikan kekuatan pribadi serta menjadikannya mungkin bagi setiap orang untuk menang dan tidak seorang pun yang merugi.

b. Bertindak menurut kepentingan sendiri

Mengacu pada kesanggupan untuk membuat keputusan sendiri, untuk berinisiatif mengawali pembicaraan dan mengorganisir kegiatan, untuk mempercayai penilaian diri sendiri, untuk menetapkan tujuan dan berusaha meraihnya, untuk meminta bantuan dari orang lain, dan untuk berpartisipasi dalam pergaulan.

c. Membela diri sendiri

Mencakup perilaku seperti berkata tidak, menentukan batas-batas bagi waktu dan energi, menanggapi kritik atau hinaan atau amarah, mengekspresikan atau membela sebuah pendapat.

d. Mengekspresikan perasaan dengan jujur dan nyaman

Berarti kesanggupan untuk kurang setuju, menunjukkan amarah, memperlihatkan kasih sayang atau persahabatan, mengakui rasa takut atau cemas, mengekspresikan persetujuan atau dukungan, bersikap spontan tanpa rasa cemas yang menyakitkan.

e. Menerapkan hak-hak pribadi

Berhubungan dengan kesanggupan sebagai warga negara, sebagai konsumen, sebagai anggota dari sebuah organisasi atau sekolah atau kelompok kerja, sebagai partisipan dalam peristiwa umum untuk mengekspresikan opini, untuk bekerja bagi perubahan, untuk menanggapi pelanggaran dari hak seseorang atau hak orang lain.

f. Tidak menyangkali hak-hak orang lain

Adalah mencapai ekspresi pribadi tanpa kritik tidak adil terhadap orang lain, tanpa perilaku yang menyakitkan terhadap orang lain, tanpa menjuluki, tanpa intimidasi, tanpa manipulasi, dan tanpa mengendalikan orang lain.

Peneliti mengacu pada aspek-aspek yang diungkapkan oleh Alberti dan Emmons (2002) yang meliputi mempromosikan kesetaraan dalam hubungan manusia, bertindak menurut kepentingan sendiri, membela diri sendiri, mengekspresikan perasaan dengan jujur dan nyaman, menerapkan hak-hak pribadi, dan tidak menyangkali hak-hak orang lain. Peneliti menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Alberti dan Emmons (2002) karena aspek-aspek tersebut sesuai dengan konteks penelitian dan sejalan dengan teori yang penulis gunakan dalam penelitian.

D. Hubungan antara Konsep Diri dan Asertivitas dengan Kecemasan

Komunikasi Interpersonal pada Siswa Kelas X SMA Al Islam 1

Surakarta

1. Hubungan antara Konsep Diri dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Perkembangan kehidupan sosial remaja ditandai dengan gejala meningkatnya interaksi sosial remaja dengan lingkungan yang lebih luas. Kemampuan remaja untuk membina interaksi yang harmonis dengan lingkungan sekitar ditentukan pula oleh kemampuan komunikasi interpersonalnya.

Rakhmat (2009) berpendapat bahwa kesuksesan komunikasi interpersonal banyak tergantung pada kualitas konsep diri. Hal ini diperkuat oleh pendapat Fitts (dalam Snavely, 1976) bahwa konsep diri merupakan elemen yang paling penting dalam komunikasi interpersonal.

Individu yang memiliki konsep diri yang tinggi pada umumnya mempunyai ciri-ciri percaya diri, penerimaan diri yang baik, optimis, harga dirinya tinggi, memiliki perasaan aman, dan tidak mudah cemas (Apollo, 2007). Individu tersebut memiliki penilaian yang baik mengenai dirinya, sehingga individu merasa diterima dan menyatu dengan lingkungan sosialnya. Dengan demikian dimungkinkan tidak akan mengalami kesulitan dalam mengkomunikasikan gagasannya kepada orang lain. Ketika melakukan komunikasi, individu tersebut cenderung berperilaku wajar dan mampu berbicara secara lancar.

Apollo (2007) menambahkan bahwa individu dengan konsep diri yang rendah pada umumnya mempunyai ciri-ciri tidak percaya diri, penerimaan dirinya rendah, pesimis, peka terhadap kritik, harga dirinya rendah dan mudah cemas. Individu dengan konsep diri yang rendah cenderung memandang dirinya dengan kualitas kemampuan yang rendah. Akibatnya ia merasa tidak diterima dan tidak dapat menyatu dengan orang-orang disekitarnya. Seorang remaja yang merasa dirinya gagal atau tidak dapat diterima orang lain cenderung berusaha untuk menghindar dan tidak terlibat dalam komunikasi dengan berbagai pihak.

Pernyataan tersebut didukung oleh pendapat McCroskey (1977) bahwa seseorang dengan kecemasan komunikasi interpersonal yang tinggi akan menarik diri dan menghindari komunikasi sebisa mungkin dengan tujuan untuk menghindari pengalaman ketakutan atau kecemasan yang ia pelajari yang diasosiasikan dengan pertemuan komunikasi. Apabila kemudian ia terpaksa berkomunikasi, individu tersebut cenderung untuk berperilaku tidak wajar dan menampilkan beberapa gejala kecemasan.

Baird (1981, dalam Apollo, 2007) juga menyatakan bahwa orang yang memiliki konsep diri rendah, pada waktu berbicara menjadi cemas karena ada orang lain yang memperhatikannya. Pendapat ini pun diperkuat dengan pernyataan Rakhmat (2009) bahwa bila seseorang merasa rendah diri, ia akan mengalami kesulitan untuk mengkomunikasikan gagasannya kepada orang-orang yang dihormatinya, tidak mampu berbicara di hadapan umum, atau ragu-ragu menuliskan pemikirannya dalam media massa.

Berdasarkan uraian di atas dapat dijelaskan bahwa remaja yang memiliki konsep diri tinggi memiliki penilaian yang tinggi mengenai dirinya, sehingga individu merasa diterima dan menyatu dengan lingkungan sosialnya. Dengan demikian dimungkinkan tidak mudah mengalami kecemasan komunikasi interpersonal. Sedangkan remaja dengan konsep diri yang rendah cenderung memandang dirinya dengan kualitas kemampuan yang rendah sehingga dimungkinkan mudah mengalami kecemasan komunikasi interpersonal.

2. Hubungan antara Asertivitas dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak menuju masa dewasa. Pada masa ini individu mengalami berbagai perubahan. Remaja dengan berbagai perubahannya baik fisik ataupun mental yang sangat pesat akan menimbulkan goncangan emosi dalam diri remaja. Selain perubahan yang terjadi dalam diri remaja, terdapat pula perubahan dalam lingkungan seperti sikap orang tua atau anggota keluarga lain, guru, teman sebaya, maupun masyarakat pada umumnya. Kondisi ini merupakan reaksi terhadap pertumbuhan remaja (Agustiani, 2009). Dalam kondisi demikian, remaja membutuhkan penyesuaian terhadap tuntutan diri sendiri maupun tuntutan lingkungan. Asertivitas, dalam hal ini akan membantu remaja untuk memahami tuntutan diri dan lingkungan sekaligus juga dipahami oleh lingkungan.

Asertivitas yang rendah dimungkinkan akan mengarahkan remaja pada kecemasan. Apabila remaja memilih diam tanpa mengutarakan perasaan dan pikirannya pada orang lain, dan cenderung untuk memenuhi tuntutan lingkungan dengan menekan kebutuhan dirinya maka akan menimbulkan ketegangan dan perasaan yang tidak nyaman akibat menahan dan menyimpan sesuatu yang ingin diutarakan. Apabila konflik berupa benturan antara tuntutan lingkungan dengan kebutuhan diri remaja ini dibiarkan terus-menerus maka dimungkinkan akan mudah mendorong timbulnya kecemasan dalam diri remaja. Hal senada diungkapkan oleh Setiono dan Pramadi (2005) bahwa individu yang sering berperilaku tidak asertif akan menimbulkan perasaan tidak nyaman dalam dirinya. Dengan demikian dimungkinkan akan mendorong timbulnya kecemasan dalam diri remaja. Sebaliknya asertivitas yang tinggi dimungkinkan mengarahkan remaja menjadi individu yang sehat mental dan memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang efektif tanpa disertai kecemasan.

Hal ini diperkuat oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Knutson dan Lashbrook, 1976; Merrill, 1974 (dalam McCroskey, 1977) yang menyebutkan bahwa seseorang dengan kecemasan komunikasi yang tinggi memiliki asertivitas dan responsivitas yang rendah. Sebaliknya seseorang dengan kecemasan komunikasi yang rendah memiliki asertivitas dan responsivitas yang tinggi.

Hasil penelitian dalam bentuk pelatihan asertivitas yang dilakukan oleh Setiono dan Pramadi (2005) juga menunjukkan bahwa asertivitas yang tinggi

membuat seseorang menjadi lebih berani untuk berkomunikasi dan berbicara di hadapan orang lain serta lebih saling mengenal dan berkumpul bersama orang lain.

Hal senada diungkapkan oleh Alberti dan Emmons (2002) yang menyebutkan bahwa asertivitas dapat meningkatkan harga diri, mengurangi kecemasan, mengatasi depresi, mendapatkan penghargaan yang lebih besar dari orang lain, meningkatkan tahap pemahaman diri, serta memperbaiki kesanggupan untuk berkomunikasi lebih efektif dengan orang lain.

Berdasarkan uraian di atas dapat dijelaskan bahwa remaja dengan asertivitas tinggi akan mampu mengekspresikan pikiran dan perasaannya secara jujur dan terbuka kepada orang lain, tanpa menimbulkan ketegangan dan perasaan yang tidak nyaman akibat menahan dan menyimpan sesuatu yang ingin diutarakan. Dengan demikian remaja cenderung tidak mudah mengalami kecemasan komunikasi interpersonal.

3. Hubungan antara Konsep Diri dan Asertivitas dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Perkembangan kehidupan sosial remaja ditandai dengan gejala meningkatnya interaksi sosial remaja dengan lingkungan yang lebih luas. Kemampuan remaja untuk membina interaksi yang harmonis dengan lingkungan sekitar ditentukan pula oleh kemampuan komunikasi interpersonalnya. Meskipun komunikasi telah menjadi fungsi pokok dalam berinteraksi, namun banyak permasalahan yang dihadapi individu, termasuk

remaja, terkait dengan komunikasi. Salah satu permasalahan terkait dengan komunikasi adalah kecemasan komunikasi interpersonal.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Auter (2007), ditemukan bahwa responden yang mengalami kecemasan komunikasi interpersonal yang tinggi cenderung kurang memiliki kepuasan dalam komunikasi interpersonalnya. Sedangkan responden yang mengalami kecemasan komunikasi yang lebih rendah cenderung melibatkan diri mereka dalam komunikasi interpersonal untuk kasih sayang, kesenangan, dan fungsi kendali.

Kesuksesan komunikasi interpersonal banyak tergantung pada kualitas konsep diri (Rakhmat, 2009). Konsep diri merupakan salah satu faktor penting dalam mengarahkan komunikasi interpersonal seseorang. Pernyataan ini didukung oleh pendapat Fitts (dalam Snavely, 1976) bahwa konsep diri merupakan elemen yang paling penting dalam komunikasi interpersonal.

Apollo (2007) menjelaskan bahwa individu yang memiliki konsep diri tinggi pada umumnya mempunyai ciri-ciri percaya diri, penerimaan diri yang baik, optimis, harga dirinya tinggi, memiliki perasaan aman, dan tidak mudah cemas. Individu tersebut memiliki penilaian yang positif mengenai dirinya, sehingga individu merasa diterima dan menyatu dengan lingkungan sosialnya. Dengan demikian dimungkinkan tidak akan mengalami kesulitan dalam mengkomunikasikan gagasannya. Ketika melakukan komunikasi, individu tersebut cenderung berperilaku wajar dan mampu berbicara secara lancar.

Apollo (2007) menambahkan bahwa individu dengan konsep diri yang rendah pada umumnya mempunyai ciri-ciri tidak percaya diri, penerimaan dirinya rendah, pesimis, peka terhadap kritik, harga dirinya rendah dan mudah cemas. Individu dengan konsep diri yang rendah cenderung memandang dirinya dengan kualitas kemampuan yang rendah. Akibatnya ia merasa tidak diterima dan tidak dapat menyatu dengan orang-orang disekitarnya. Seorang remaja yang merasa dirinya gagal atau tidak dapat diterima orang lain cenderung berusaha untuk menghindar dan tidak terlibat dalam komunikasi dengan berbagai pihak.

Pendapat ini pun diperkuat dengan pernyataan Rakhmat (2009) bahwa bila seseorang merasa rendah diri, ia akan mengalami kesulitan untuk mengkomunikasikan gagasannya kepada orang-orang yang dihormatinya, tidak mampu berbicara di hadapan umum, atau ragu-ragu menuliskan pemikirannya dalam media massa.

Kecemasan komunikasi interpersonal diduga terkait pula dengan asertivitas. Asertivitas yang rendah dimungkinkan akan mengarahkan kecemasan pada diri remaja. Pada masa remaja, individu seringkali menghadapi benturan antara tuntutan diri dan tuntutan lingkungan. Konflik berupa benturan antara tuntutan lingkungan dengan kebutuhan dalam diri remaja ini akan menimbulkan emosi-emosi negatif. Remaja dengan asertivitas yang rendah akan cenderung sulit mengutarakan perasaan dan pikirannya pada orang lain, dan cenderung untuk memenuhi tuntutan lingkungan dengan menekan kebutuhan dirinya. Hal ini tentunya akan menimbulkan perasaan

tidak nyaman dalam diri remaja. Apabila konflik berupa benturan antara tuntutan lingkungan dengan kebutuhan diri remaja ini dibiarkan terus-menerus maka dimungkinkan akan mudah mendorong timbulnya kecemasan dalam diri remaja.

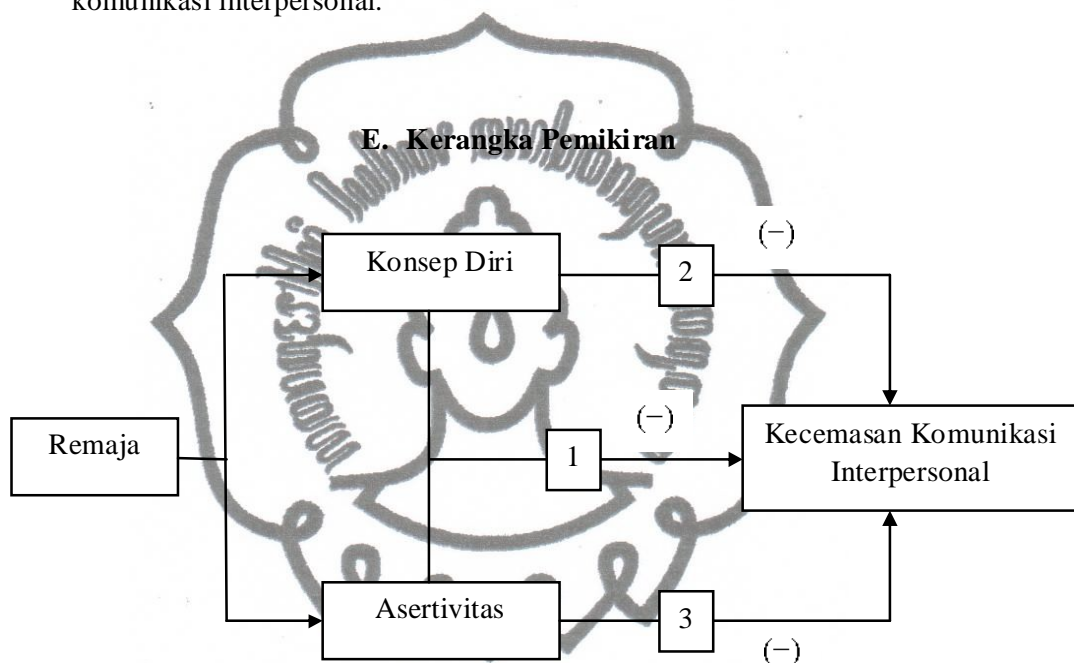
Sebaliknya asertivitas yang tinggi akan membantu remaja untuk memahami sekaligus juga dipahami oleh lingkungan. Dengan asertivitas yang tinggi, remaja dapat mengekspresikan pikiran bahkan perasaan secara lebih jujur dan nyaman sehingga lingkungan dapat memahami kondisi diri remaja. Dengan demikian dapat mengarahkan remaja menjadi individu yang sehat mental terhindar dari kecemasan.

Hal ini diperkuat oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Knutson dan Lashbrook 1976; Merrill, 1974 (dalam McCroskey, 1977) yang menyebutkan bahwa seseorang dengan kecemasan komunikasi yang tinggi memiliki asertivitas dan responsivitas yang rendah. Sebaliknya seseorang dengan kecemasan komunikasi yang rendah memiliki asertivitas dan responsivitas yang tinggi.

Alberti dan Emmons (2002) juga mengemukakan bahwa asertivitas dapat meningkatkan harga diri, mengurangi kecemasan, mengatasi depresi, mendapatkan penghargaan yang lebih besar dari orang lain, meningkatkan tahap pemahaman diri, serta memperbaiki kesanggupan untuk berkomunikasi lebih efektif dengan orang lain.

Berdasarkan uraian di atas dapat dijelaskan bahwa remaja dengan konsep diri positif yang tinggi disertai dengan asertivitas yang tinggi, akan

menjadi lebih percaya diri, memiliki penerimaan diri yang baik, optimis, memiliki perasaan aman, tidak mudah cemas, dan mampu mengekspresikan pikiran dan perasaannya secara jujur dan terbuka kepada orang lain. Dengan demikian tidak akan mudah mengalami kecemasan dalam menghadapi situasi komunikasi interpersonal.



Gambar 1.

Kerangka Pemikiran

F. Hipotesis

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan di atas, hipotesis yang diajukan adalah:

1. Terdapat hubungan negatif antara konsep diri dan asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta.

commit to user

2. Terdapat hubungan negatif antara konsep diri dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta.
3. Terdapat hubungan negatif antara asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang terdapat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel Tergantung : Kecemasan Komunikasi Interpersonal
2. Variabel Bebas : a. Konsep Diri
b. Asertivitas

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional variabel adalah sebuah definisi dari variabel dalam bentuk operasi atau teknik yang digunakan peneliti untuk mengukur atau memanipulasi (Cozby, 2009). Variabel-variabel yang terdapat dalam penelitian ini adalah:

1. Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Kecemasan komunikasi interpersonal merupakan suatu keadaan cemas, tegang, dan takut yang dialami seseorang dalam interaksi komunikasi yang terjadi antar individu atau beberapa individu, yang terjadi karena seseorang mengembangkan perasaan negatif dan memprediksikan hasil negatif pula dalam interaksi komunikasinya.

Tingkat kecemasan komunikasi interpersonal dalam penelitian ini diungkap melalui skala kecemasan komunikasi interpersonal dengan menggunakan aspek-aspek kecemasan komunikasi yang dikemukakan oleh

commit to user

Burgoon dan Ruffner (1977), yaitu *unwillingness*, *avoiding*, dan *control*. Semakin tinggi skor skala kecemasan komunikasi interpersonal yang diperoleh subjek menunjukkan semakin tinggi kecemasan komunikasi interpersonal subjek, dan sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh subjek menunjukkan semakin rendah kecemasan komunikasi interpersonal dari subjek tersebut.

2. Konsep Diri

Konsep diri adalah penilaian individu mengenai dirinya baik fisik, sosial, moral maupun psikologis yang menjadi konsep, prinsip, dan pegangan selama kehidupan serta mengarahkan perilaku individu.

Tingkat konsep diri positif dalam penelitian ini diungkap dengan menggunakan skala konsep diri berdasarkan aspek-aspek konsep diri yang dikemukakan oleh Berzonsky (1981) yaitu *physical self*, *social self*, *moral self*, dan *psychological self* yang dikolaborasikan dengan karakteristik konsep diri yang dikemukakan Hamachek (dalam Rakhmat, 2009). Semakin tinggi skor skala konsep diri yang diperoleh subjek menunjukkan semakin tinggi konsep diri positif subjek, dan sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh subjek menunjukkan semakin rendah konsep diri positif dari subjek tersebut.

3. Asertivitas

Asertivitas adalah perilaku berani menuntut hak-haknya tanpa mengalami ketakutan atau rasa bersalah serta tanpa melanggar hak-hak orang

lain. Berperilaku asertif berarti memberikan respon yang relevan dan konsisten dengan tuntutan konteks sosial tertentu.

Tingkat asertivitas dalam penelitian ini diungkap dengan menggunakan skala asertivitas berdasarkan aspek-aspek asertivitas yang dikemukakan oleh Alberti dan Emmons (2002) yaitu mempromosikan kesetaraan dalam hubungan manusia, bertindak menurut kepentingan sendiri, membela diri sendiri, mengekspresikan perasaan dengan jujur dan nyaman, menerapkan hak-hak pribadi, dan tidak menyangkali hak-hak orang lain. Semakin tinggi skor skala asertivitas yang diperoleh subjek menunjukkan semakin tinggi asertivitas subjek, dan sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh subjek menunjukkan semakin rendah asertivitas dari subjek tersebut.

C. Populasi, Sampel, dan Sampling

1. Populasi

Populasi adalah suatu kelompok atau kumpulan subjek yang akan dikenai generalisasi hasil penelitian (Priyatno, 2008). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta yang terdiri atas 336 siswa, yang terbagi dalam 9 kelas. Pemilihan populasi ini didasarkan pada pertimbangan bahwa siswa tingkat X merupakan masa dihadapkannya para siswa pada lingkungan yang baru sehingga siswa diharuskan melakukan penyesuaian, baik terhadap tuntutan diri maupun tuntutan lingkungan

sekolah. Dengan demikian dimungkinkan tidak sedikit siswa yang mengalami kecemasan komunikasi interpersonal.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cluster sampel* yaitu sampel yang sudah dikelompokkan, yang dimaksud sebagai kelompok dalam penelitian ini adalah kelas. Penelitian ini menggunakan dua kelas yang terdiri atas 67 siswa untuk pelaksanaan uji coba dan tiga kelas yang terdiri atas 110 siswa digunakan untuk pelaksanaan penelitian.

3. Sampling

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan teknik *cluster random sampling*, yaitu pengambilan sampel secara acak untuk memberikan kesempatan yang sama kepada masing-masing kelas untuk dijadikan sampel penelitian, dengan terlebih dahulu mengidentifikasi semua kelas yang ada pada tingkat X tersebut untuk didaftar sebagai anggota populasi kemudian mengundinya.

D. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan tiga jenis skala psikologi, yaitu Skala Kecemasan Komunikasi Interpersonal, Skala Konsep Diri, dan Skala Asertivitas yang ketiganya menggunakan modifikasi model Likert yaitu merupakan metode penskalaan pernyataan yang menggunakan distribusi respons sebagai dasar penentuan nilai skalanya. Penyusunan aitem dalam skala ini dikelompokkan

commit to user

menjadi aitem *favourable* dan aitem *unfavourable* yang dibuat dalam empat alternatif jawaban. Penelitian ini menggunakan empat alternatif jawaban dengan menghilangkan alternatif jawaban “ragu-ragu”, hal tersebut dilakukan karena “ragu-ragu” mengindikasikan subjek tidak yakin dengan jawaban yang diberikan, sehingga data yang didapatkan kurang informatif (Azwar, 2010). Penghilangan alternatif jawaban “ragu-ragu” dilakukan peneliti sebagai upaya agar subjek hanya memberikan pilihan jawaban yang diyakini oleh subjek. Distribusi skor skala dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1
Distribusi Skor Skala

Kategori Jawaban	Penilaian Aitem	
	<i>Favourable (F)</i>	<i>Unfavourable (UF)</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

1. Skala Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Kecemasan komunikasi interpersonal dalam penelitian ini diungkap dengan menggunakan Skala Kecemasan Komunikasi Interpersonal berdasarkan aspek-aspek kecemasan komunikasi interpersonal yang dikemukakan oleh Burgoon dan Ruffner (1977) yang terdiri dari *unwillingnes*, *avoiding*, dan *control*. Skala yang digunakan merupakan modifikasi dari skala Kurniati Mariani (dalam Azwar, 2010) yang terdiri dari 74 aitem dengan koefisien korelasi aitem total mencapai 0,30 dengan $p < 0,05$ dan koefisien reliabilitas 0,961. Skala dimodifikasi oleh peneliti dengan memperbaiki tata bahasa ataupun makna aitem-aitem yang disesuaikan

dengan situasi dan kondisi subjek penelitian, serta dengan mengurangi jumlah aitem skala pada penelitian sebelumnya menjadi 50 aitem yang terdiri dari 25 aitem *favourable* dan 25 aitem *unfavourable*. *Blue-print* dan sebaran distribusi aitem skala sebelum uji coba dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel. 2
***Blue-print* dan Sebaran Distribusi Aitem Skala Kecemasan Komunikasi Interpersonal (sebelum uji-coba)**

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			<i>Favourable</i>	<i>unfavourable</i>	
1.	<i>Unwillingness</i>	1. Kecemasan	1, 9, 13	6, 15, 18	6
		2. Introversi	4, 8, 14	2, 11, 16	6
		3. Rendahnya frekuensi partisipasi dalam berbagai situasi komunikasi	5, 10,12, 17	3, 7, 19	7
2.	<i>Avoiding</i>	1. Kurangnya penghargaan yang baik terhadap situasi komunikasi	22, 23, 30	20, 26, 28	6
		2. Kurangnya pengenalan terhadap situasi komunikasi	21, 25, 27	24, 29, 31	6
3.	<i>Control</i>	1. Faktor lingkungan	32, 36, 46	39, 48, 50	6
		2. Rendahnya pengendalian terhadap individu yang berbeda	33, 37, 42	35, 41, 44	6
		3. Reaksi lawan bicara	38, 43, 49	34, 40, 45,47	7
Jumlah			25	25	50
Persen			50%	50%	100%

2. Skala Konsep Diri

Konsep diri dalam penelitian ini diungkap dengan menggunakan Skala Konsep Diri berdasarkan aspek-aspek konsep diri yang dikemukakan oleh Berzonsky (1981) yang dikolaborasikan dengan karakteristik konsep diri yang dikemukakan oleh Hamachek (dalam Rakhmat, 2009). Skala disusun sendiri oleh peneliti yang terdiri dari 25 aitem *favourable* dan 25 aitem *unfavourable*.

commit to user

Blue-print dan sebaran distribusi aitem skala sebelum uji coba dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel. 3
***Blue-print* dan Sebaran Distribusi Aitem Skala Konsep Diri**
(sebelum uji-coba)

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			<i>favourable</i>	<i>unfavourable</i>	
1.	Fisik	1. Merasa penampilan diri menarik	1, 10, 19	28, 37, 46	6
		2. Menerima keadaan diri yang dimiliki	5, 14	32, 41, 50	5
2.	Psikis	1. Memiliki keyakinan atas kemampuan yang dimiliki	2, 11, 20	29, 38, 47	6
		2. Menerima kelebihan dan kekurangan (kesalahan) diri secara wajar	6, 15, 24	21, 33, 42	6
		3. Percaya dirinya berarti bagi orang lain	9, 18, 27	23, 36, 45	6
3.	Sosial	1. Mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan	3, 12	30, 39, 48	5
		2. Peka terhadap kebutuhan orang lain	7, 16, 25	34, 43	5
4.	Moral	1. Meyakini nilai-nilai dan prinsip kehidupannya sekaligus mampu mempertahankannya	4, 13, 22	31, 40, 49	6
		2. Menolak usaha orang lain untuk mendominasinya	8, 17, 26	35, 44	5
Jumlah			25	25	50
Persen			50%	50%	100%

3. Skala Asertivitas

Asertivitas dalam penelitian ini diungkap menggunakan Skala Asertivitas berdasarkan aspek-aspek asertivitas yang dikemukakan oleh Alberti dan Emmons (2002) yang terdiri dari mempromosikan kesetaraan dalam hubungan manusia, bertindak menurut kepentingan sendiri, membela *commit to user*

diri sendiri, mengekspresikan perasaan dengan jujur dan nyaman, menerapkan hak pribadi, dan tidak menyangkali hak orang lain. Skala disusun sendiri oleh peneliti yang terdiri dari 28 aitem *favourable* dan 28 aitem *unfavourable*. *Blue-print* dan sebaran distribusi aitem skala sebelum uji coba dapat dilihat dalam tabel berikut:



Tabel. 4
Blue-print dan Sebaran Distribusi Aitem Skala Asertivitas
(sebelum uji-coba)

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			<i>favourable</i>	<i>unfavourable</i>	
1.	Mempromosikan kesetaraan dalam hubungan manusia	Mampu menempatkan dirinya dan orang lain secara setara	1, 26	7, 35	4
2.	Bertindak menurut kepentingan sendiri	1. Mampu membuat keputusan sendiri	2, 27	8, 36	4
		2. Memiliki inisiatif untuk mengawali pembicaraan	13, 41	18, 49	4
		3. Mampu menetapkan tujuan dan berusaha meraihnya	23, 43	32, 51	4
		4. Mampu meminta bantuan dari orang lain	24, 45	33, 53	4
		5. Kesanggupan berpartisipasi dalam pergaulan	25, 47	34, 56	4
3.	Membela diri sendiri	1. Mampu berkata tidak	3, 28	9, 37	4
		2. Mampu mengekspresikan atau membela pendapat	14, 42	19, 50	4
4.	Mengekspresikan perasaan dengan jujur dan nyaman	1. Mampu mengekspresikan persetujuan dan ketidaksetujuan	4, 29	10, 38	4
		2. Mampu mengakui dan mengungkapkan perasaan yang dialami	15, 44	20, 52	4
5.	Menerapkan hak pribadi	1. Mampu mempertahankan hak pribadi	5, 30	11, 39	4
		2. Menanggapi pelanggaran hak seseorang atau orang lain	16, 46	21, 54	4
6.	Tidak menyangkali hak orang lain	1. Bertindak tanpa perilaku yang menyakitkan orang lain	6, 31	12, 40	4
		2. Tidak mengendalikan orang lain	17, 48	22, 55	4
Jumlah			28	28	56
Persen			50%	50%	100%

E. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Uji validitas didasarkan pada validitas isi, yakni telaah dan revisi butir pernyataan berdasarkan pendapat profesional (*professional judgement*), yaitu pembimbing. Langkah selanjutnya adalah mencari korelasi antara tiap-tiap skor aitem dengan skor total aitemnya yang disebut dengan model uji validitas internal. Uji validitas internal dalam penelitian ini menggunakan teknik *Bivariate Pearson* atau sering disebut sebagai korelasi *Product Moment Pearson*, yaitu dengan cara mengkorelasikan tiap-tiap skor aitem dengan skor total (Priyatno, 2008). Guna mempermudah perhitungan, penelitian ini menggunakan bantuan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 16.00 for windows.

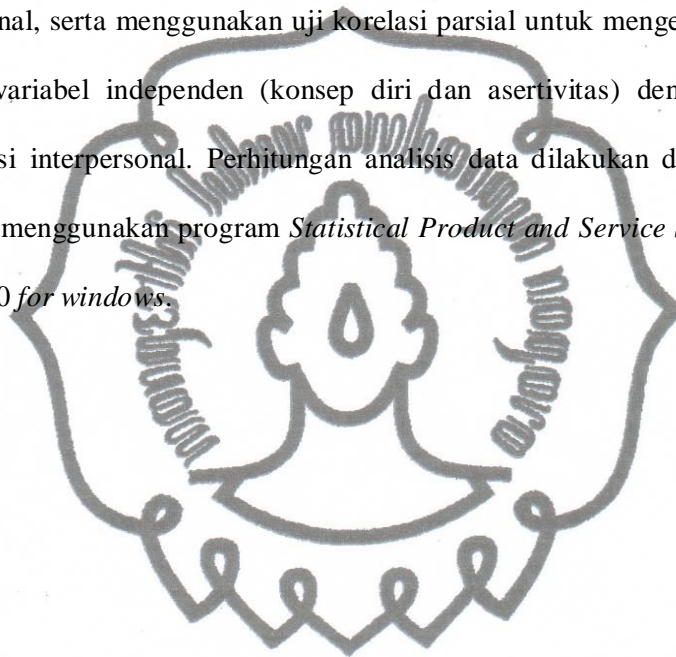
2. Reliabilitas

Reliabilitas mengacu kepada konsistensi atau keterpercayaan hasil ukur, yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada pada rentang 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitas, sebaliknya koefisien reliabilitas yang semakin rendah mendekati 0 berarti semakin rendah reliabilitas (Azwar, 2010).

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan formula *Alpha Cronbach*. Guna mempermudah perhitungan, digunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 16. 00 for windows.

F. Metode Analisis Data

Penelitian ini menggunakan metode analisis regresi berganda untuk melakukan pengujian dan pembuktian secara statistik hubungan antara konsep diri dan asertivitas secara bersama-sama dengan kecemasan komunikasi interpersonal, serta menggunakan uji korelasi parsial untuk mengetahui hubungan tiap-tiap variabel independen (konsep diri dan asertivitas) dengan kecemasan komunikasi interpersonal. Perhitungan analisis data dilakukan dengan bantuan komputer menggunakan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 16.00 *for windows*.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Persiapan Penelitian

1. Orientasi Kancan Penelitian

Penelitian mengenai hubungan antara konsep diri dan asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada siswa dilaksanakan di SMA Al Islam 1 Surakarta. Sebelum melakukan penelitian, terlebih dahulu dilakukan survei awal untuk mengetahui informasi yang berkaitan dengan subjek.

SMA Al Islam 1 Surakarta merupakan lembaga pendidikan yang memiliki rangkaian sejarah panjang. Diawali dari berdirinya Perguruan Al Islam tanggal 27 Romadlon 1346 H atau 21 Maret 1928 M yang dirintis dan dipelopori oleh KH. Imam Ghozali dengan dibantu KH. Abdussomad dan K. AbduManaf. Pada mulanya berupa Madrasah Dinul Islam yang hanya mengajarkan pendidikan agama islam, kemudian berkembang menjadi Madrasah Ibtidaiyah, Madrasah Tsanawiyah dan Madrasah Aliyah. Dalam kongres pendidikan islam di Surakarta tahun 1948 diamanatkan untuk memasukan pelajaran umum dalam kurikulum madrasah, kemudian atas prakarsa K.M Makmuri disusunlah kurikulum seperti yang dimaksud, sehingga MA Al Islam yang semula masa belajarnya 2 tahun menjadi 3 tahun karena adanya tambahan pelajaran umum yang sama dengan SMA.

SMA AL Islam 1 pada awalnya merupakan Madrasah Kuliyat yang kemudian berkembang menjadi Madrasah Tsanawi/Aliyah yang di pimpin Kyai Makmuri (kepala sekolah SMA AL Islam 1) dan lokasinya dipindah ke kompleks Masjid At Taqwa yang merupakan tanah wakaf dari RM.Mangkutaruna pada tahun 1939. Selanjutnya Kyai Makmuri mengalihkan kepemimpinannya kepada kyai Musthafa sedangkan beliau sendiri memimpin di MAN sampai wafat pada tahun 1977. Pada masa periode inilah mulai berkembang menjadi SMA Al Islam yang telah terdaftar di Departemen Agama dan Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Setelah melewati masa-masa perintisan ini, kepercayaan masyarakat pada SMA Al Islam 1 semakin bertambah dan siswa yang mendaftar ke SMA Al Islam pun bertambah sehingga sekolah dibagi menjadi dua, yaitu SMA dan Aliyah dimana sebagian masuk pagi sebagian masuk sore. Sekolah yang masuk sore diminta oleh Departemen Agama (Depag) untuk dijadikan Madrasah Aliyah Negeri (MAN) yang berlokasi di Bonoloyo pada tahun 1977 dan gurunya dijadikan pegawai negeri sipil dan telah terjadi pergantian kepala sekolah hingga tiga kali.

Pelajaran Agama di SMA Al Islam mengacu pada kitab-kitab karangan Kyai Ghazali yang berjumlah lebih dari 21 buah, antara lain kitab Al Islam Muslimin, Al Imamah, Al Adab Wal Akhlaa dan sebagainya. Dari tahun ke tahun perkembangan Al Islam semakin pesat sehingga pada tahun 1985 SMA Al Islam 1 yang semula berstatus diakui berubah menjadi status disamakan. Kini, SMA Al Islam 1 Surakarta memiliki status terakreditasi A

(amat baik) berdasarkan SK BASN Provinsi Jateng tanggal 29 September 2007. SMA Al Islam 1 Surakarta beralamat di Jalan Honggowongso 94 Surakarta.

Visi dari SMA Al Islam 1 Surakarta adalah mewujudkan generasi tauhid, benar dan mantap dalam aqidah, berwawasan ilmiah dan berakhlak mulia.

Sedangkan misi dari SMA Al Islam 1 Surakarta adalah sebagai berikut:

1. Memberikan ilmu pendidikan dasar agama yang cukup guna mengantarkan peserta didik menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Allah SWT.
2. Melaksanakan kegiatan pembelajaran yang inovatif dan berkelanjutan.
3. Menumbuhkan semangat keunggulan kepada seluruh warga sekolah.
4. Menerapkan manajemen partisipatif dan asas musyawarah.
5. Melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler secara optimal.
6. Membangun kegiatan sosial dan budaya yang beradab atas dasar persaudaraan, persahabatan, dan akhlak yang mulia.

SMA Al Islam 1 Surakarta dipilih sebagai lokasi penelitian dengan pertimbangan sebagai berikut :

- a. Penelitian mengenai "Hubungan antara Konsep Diri dan Asertivitas dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal" belum pernah dilakukan di sekolah tersebut.

- b. Berdasarkan hasil *interview* dengan salah seorang guru Bimbingan Konseling SMA Al Islam 1 Surakarta didapatkan informasi bahwa beberapa siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta diduga mengalami kecemasan komunikasi interpersonal.
- c. Adanya ijin yang diperoleh untuk mengadakan penelitian di sekolah tersebut.

Dari gambaran di atas, dapat diketahui bahwa SMA Al Islam 1 Surakarta memiliki tatanan dan aturan khusus yang tentunya berbeda dengan SMA reguler pada umumnya. Dengan tatanan khusus tersebut, SMA Al Islam 1 Surakarta menerapkan konsep pendidikan yang berdasarkan pada landasan agama, baik mengenai konsep pendidikan secara umum maupun mengenai adab pergaulan. Kondisi ini tentunya membawa konsekuensi berupa tuntutan dan aturan khusus yang berlaku bagi para siswa. Dengan kondisi dan karakteristik demikian, maka dimungkinkan timbul kecemasan komunikasi interpersonal dalam diri siswa di SMA Al Islam 1 Surakarta.

2. Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian perlu dilakukan agar penelitian berjalan lancar dan terarah. Hal-hal yang dipersiapkan adalah berkaitan dengan perijinan dan penyusunan alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian.

a. Persiapan Administrasi

Persiapan administrasi penelitian meliputi segala urusan perijinan yang diajukan pada pihak yang terkait dengan pelaksanaan penelitian.

Peneliti meminta surat pengantar dari Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta yang ditujukan kepada Kepala SMA Al Islam 1 Surakarta dengan nomor 820/UN27.06.7.1/TU/2011. Setelah peneliti memperoleh ijin dan berkoordinasi dengan pihak sekolah, peneliti dapat melaksanakan penelitian sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan oleh pihak sekolah.

b. Persiapan Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan tiga skala psikologi, yaitu skala kecemasan komunikasi interpersonal, skala konsep diri, dan skala asertivitas.

1) Skala Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Kecemasan komunikasi interpersonal dalam penelitian ini diungkap dengan menggunakan Skala Kecemasan Komunikasi Interpersonal berdasarkan aspek-aspek kecemasan komunikasi interpersonal yang dikemukakan oleh Burgoon dan Ruffner (1977) yang terdiri dari *unwillingnes*, *avoiding*, dan *control*. Skala yang digunakan merupakan modifikasi dari skala Kurniati Mariani (dalam Azwar, 2010) yang terdiri dari 74 aitem dengan koefisien korelasi aitem total mencapai 0,30 dengan $p < 0,05$ dan koefisien reliabilitas 0,961. Skala dimodifikasi oleh peneliti dengan memperbaiki tata bahasa ataupun makna aitem-aitem yang disesuaikan dengan situasi

dan kondisi subjek penelitian, serta dengan mengurangi jumlah aitem skala pada penelitian sebelumnya menjadi 50 aitem yang terdiri dari 25 aitem *favourable* dan 25 aitem *unfavourable*.

Skala kecemasan komunikasi interpersonal ini merupakan skala model Likert, terdiri atas pernyataan-pernyataan dengan menggunakan empat pilihan jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Penilaian aitem *favourable* bergerak dari skor 4 (sangat sesuai), 3 (sesuai), 2 (tidak sesuai), 1 (sangat tidak sesuai), sedangkan penilaian aitem *unfavourable* bergerak dari skor 1 (sangat sesuai), 2 (sesuai), 3 (tidak sesuai), 4 (sangat tidak sesuai). Semakin tinggi skor skala kecemasan komunikasi interpersonal yang diperoleh subjek menunjukkan semakin tinggi kecemasan komunikasi interpersonal subjek, dan sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh subjek menunjukkan semakin rendah kecemasan komunikasi interpersonal dari subjek tersebut. Distribusi aitem skala kecemasan komunikasi interpersonal dapat dilihat pada tabel 2.

2) Skala Konsep Diri

Konsep diri dalam penelitian ini diungkap dengan menggunakan Skala Konsep Diri berdasarkan aspek-aspek konsep diri yang dikemukakan oleh Berzonsky (1981) yang dikolaborasikan dengan karakteristik konsep diri yang dikemukakan oleh Hamachek

(dalam Rakhmat, 2009). Skala disusun sendiri oleh peneliti yang terdiri dari 25 aitem *favourable* dan 25 aitem *unfavourable*.

Skala konsep diri ini merupakan skala model Likert, terdiri atas pernyataan-pernyataan dengan menggunakan empat pilihan jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Penilaian aitem *favourable* bergerak dari skor 4 (sangat sesuai), 3 (sesuai), 2 (tidak sesuai), 1 (sangat tidak sesuai), sedangkan penilaian aitem *unfavourable* bergerak dari skor 1 (sangat sesuai), 2 (sesuai), 3 (tidak sesuai), 4 (sangat tidak sesuai). Semakin tinggi skor skala konsep diri yang diperoleh subjek menunjukkan semakin tinggi konsep diri positif subjek, dan sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh subjek menunjukkan semakin rendah konsep diri positif dari subjek tersebut. Distribusi aitem skala konsep diri dapat dilihat pada tabel 3.

3) Skala Asertivitas

Asertivitas dalam penelitian ini diungkap menggunakan Skala Asertivitas berdasarkan aspek-aspek asertivitas yang dikemukakan oleh Alberti dan Emmons (2002) yang terdiri dari mempromosikan kesetaraan dalam hubungan manusia, bertindak menurut kepentingan sendiri, membela diri sendiri, mengekspresikan perasaan dengan jujur dan nyaman, menerapkan hak pribadi, dan tidak menyangkali hak orang lain. Skala disusun sendiri oleh peneliti yang terdiri dari 28 aitem *favourable* dan 28 aitem *unfavourable*.

Skala konsep diri ini merupakan skala model Likert, terdiri atas pernyataan-pernyataan dengan menggunakan empat pilihan jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Penilaian aitem *favourable* bergerak dari skor 4 (sangat sesuai), 3 (sesuai), 2 (tidak sesuai), 1 (sangat tidak sesuai), sedangkan penilaian aitem *unfavourable* bergerak dari skor 1 (sangat sesuai), 2 (sesuai), 3 (tidak sesuai), 4 (sangat tidak sesuai). Semakin tinggi skor skala asertivitas yang diperoleh subjek menunjukkan semakin tinggi asertivitas subjek, dan sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh subjek menunjukkan semakin rendah asertivitas dari subjek tersebut. Distribusi aitem skala asertivitas dapat dilihat pada tabel 4.

3. Pelaksanaan Uji Coba

Sebelum skala penelitian digunakan, terlebih dahulu dilakukan uji coba untuk mengetahui indeks daya beda aitem-aitem dari tiap-tiap skala dan reliabilitas skala tersebut. Uji coba dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 13 November 2011 pada siswa kelas X6 dan X9. Jumlah siswa dari kedua kelas tersebut adalah 67 siswa sedangkan jumlah siswa yang hadir untuk mengikuti uji coba adalah 63 siswa, dengan perincian kelas X6 berjumlah 30 siswa dan kelas X9 berjumlah 33 siswa. Dari 63 eksemplar yang dibagikan, semua terkumpul dan memenuhi syarat untuk dilakukan skoring serta dianalisis validitas dan reliabilitasnya.

4. Analisis Validitas Aitem dan Reliabilitas Skala

Setelah dilakukan pemberian skor pada hasil pengisian skala, selanjutnya dilakukan seleksi aitem skala psikologi untuk mendapatkan aitem valid dari masing-masing skala yang akan dipergunakan dalam proses analisis data. Data yang diperoleh kemudian ditabulasikan dan dianalisis untuk mengetahui indeks daya beda aitem dan reliabilitas alat ukur.

Uji validitas internal dalam penelitian ini menggunakan teknik *Bivariate Pearson* atau sering disebut sebagai korelasi *Product Moment Pearson*, yaitu dengan cara mengkorelasikan masing-masing skor aitem dengan skor total. Pengujian validitas internal menggunakan uji dua ekor dengan taraf signifikansi 0,05. Kriteria pengujian adalah sebagai berikut:

- a. Jika $r \text{ hitung} \geq r \text{ tabel}$ (uji 2 ekor dengan signifikansi 0,05) maka aitem tersebut berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan valid).
- b. Jika $r \text{ hitung} \leq r \text{ tabel}$ (uji 2 ekor dengan signifikansi 0,05) maka aitem tersebut tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan tidak valid).

Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui konsistensi alat ukur. Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0, berarti

semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2010). Menurut Ghazali (2009), suatu variabel dinyatakan reliabel jika mempunyai nilai *Cronbach's Alpha* $> 0,60$.

a. Skala Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Berdasarkan hasil analisis didapatkan nilai korelasi antara skor aitem dengan skor total. Nilai ini kemudian dibandingkan dengan nilai *r* tabel. Pada taraf signifikansi 0,05 dan $N = 63$ diperoleh nilai *r* tabel sebesar 0,248. Hasil uji validitas skala kecemasan komunikasi interpersonal dapat diketahui bahwa dari 50 aitem, terdapat 10 aitem yang dinyatakan gugur, yaitu aitem 2, 3, 20, 26, 28, 29, 30, 38, 43, dan 44. Adapun aitem yang dinyatakan valid sebanyak 40 aitem dengan indeks daya beda berkisar antara 0,286 sampai dengan 0,636 yaitu aitem 1, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 21, 22, 23, 24, 25, 27, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 39, 40, 41, 42, 45, 46, 47, 48, 49, 50. Rincian distribusi aitem valid dan gugur skala kecemasan komunikasi interpersonal dapat dilihat pada tabel 5. Indeks daya beda masing-masing aitem skala kecemasan komunikasi interpersonal terlampir.

Tabel. 5
Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala Kecemasan Komunikasi Interpersonal

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem				Jumlah	
			Favourable		unfavourable		valid	gugur
			valid	gugur	valid	gugur		
1.	Unwillingness	1. Kecemasan	1, 9, 13	-	6, 15, 18	-	6	-
		2. Introversi	4, 8, 14	-	11, 16	2	5	1
		3. Rendahnya frekuensi partisipasi dalam berbagai situasi komunikasi	5, 12, 10, 17	-	7, 19	3	6	1
2.	Avoiding	1. Kurangnya penghargaan yang baik terhadap situasi komunikasi	22, 23	30	-	20, 26, 28	2	4
		2. Kurangnya pengenalan terhadap situasi komunikasi	21, 25, 27	-	24, 31	29	5	1
3.	Control	1. Faktor lingkungan	32, 36, 46	-	39, 48, 50	-	6	-
		2. Rendahnya pengendalian terhadap individu yang berbeda	33, 37, 42	-	35, 41	44	5	1
		3. Reaksi lawan bicara	49	38, 43	34, 40, 45, 47	-	5	2
Jumlah			22	3	18	7	40	10
Persen			44%	6%	36%	14%	80%	20%

Hasil uji reliabilitas skala kecemasan komunikasi interpersonal menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,867. Hal ini berarti bahwa koefisien reliabilitas skala kecemasan komunikasi interpersonal termasuk dalam kategori tinggi, sehingga skala kecemasan komunikasi interpersonal dianggap cukup handal untuk digunakan sebagai alat ukur suatu penelitian. Penghitungan dan perincian selengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

b. Skala Konsep Diri

Berdasarkan hasil analisis didapatkan nilai korelasi antara skor aitem dengan skor total. Nilai ini kemudian dibandingkan dengan nilai r tabel. Pada taraf signifikansi 0,05 dan $N = 63$ diperoleh nilai r tabel sebesar 0,248. Hasil uji validitas skala konsep diri dapat diketahui bahwa dari 50 aitem, terdapat 7 aitem yang dinyatakan gugur, yaitu aitem 5, 8, 16, 21, 24, 25, dan 26. Adapun aitem yang dinyatakan valid sebanyak 43 aitem dengan indeks daya beda berkisar antara 0,258 sampai dengan 0,717 yaitu aitem 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 22, 23, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, dan 50. Rincian distribusi aitem valid dan gugur skala konsep diri dapat dilihat pada tabel 6. Indeks daya beda masing-masing aitem skala konsep diri terlampir.

Tabel. 6
Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala Konsep Diri

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem				Jumlah	
			Favourable		unfavourable		valid	gugur
			Valid	gugur	valid	gugur		
1.	Fisik	1. Merasa penampilan diri menarik	1, 10, 19	-	28, 37, 46	-	6	-
		2. Menerima keadaan diri yang dimiliki	14	5	32, 41, 50	-	4	1
2.	Psikis	1. Memiliki keyakinan atas kemampuan yang dimiliki	2, 11, 20	-	29, 38, 47	-	6	-
		2. Menerima kelebihan dan kekurangan (kesalahan) diri secara wajar	6, 15	24	33, 42	21	4	2
		3. Percaya dirinya berarti bagi orang lain	9, 18, 27	-	23, 36, 45	-	6	-
3.	Sosial	1. Mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan	3, 12	-	30, 39, 48	-	5	-
		2. Peka terhadap kebutuhan orang lain	7	16, 25	34, 43	-	3	2
4.	Moral	1. Meyakini nilai-nilai dan prinsip kehidupannya sekaligus mampu mempertahankannya	4, 13, 22	-	31, 40, 49	-	6	-
		2. Menolak usaha orang lain untuk mendominasinya	17	8, 26	35, 44	-	3	2
Jumlah			19	6	24	1	43	7
persen			38%	12%	48%	2%	86%	14%

Hasil uji reliabilitas skala konsep diri menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,903. Hal ini berarti bahwa koefisien reliabilitas skala konsep diri termasuk dalam kategori sangat tinggi, sehingga skala konsep diri dianggap cukup handal untuk digunakan sebagai alat ukur suatu

penelitian. Penghitungan dan perincian selengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

c. Skala Asertivitas

Berdasarkan hasil analisis didapatkan nilai korelasi antara skor aitem dengan skor total. Nilai ini kemudian dibandingkan dengan nilai r tabel. Pada taraf signifikansi 0,05 dan $N = 63$ diperoleh nilai r tabel sebesar 0,248. Hasil uji validitas skala asertivitas dapat diketahui bahwa dari 56 aitem, terdapat 17 aitem yang dinyatakan gugur, yaitu aitem 1, 3, 4, 7, 8, 9, 17, 20, 22, 24, 27, 36, 39, 50, 52, 53, dan 56. Adapun aitem yang dinyatakan valid sebanyak 39 aitem dengan indeks daya beda berkisar antara 0,260 sampai dengan 0,557 yaitu aitem 2, 5, 6, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 21, 23, 25, 26, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 37, 38, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 51, 55 dan 54. Rincian distribusi aitem valid dan gugur skala asertivitas dapat dilihat pada tabel 7. Indeks daya beda masing-masing aitem skala asertivitas terlampir.

Tabel. 7
Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala Asertivitas

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem				Jumlah	
			Favourable		Unfavourable		valid	gugur
			Valid	Gugur	valid	Gugur		
1.	Mempromosikan kesetaraan dalam hubungan manusia	Mampu menempatkan dirinya dan orang lain secara setara	26	1	35	7	2	2
2.	Bertindak menurut kepentingan sendiri	1. Mampu membuat keputusan sendiri	2	27	-	8,36	1	3
		2. Memiliki inisiatif untuk mengawali pembicaraan	13,41	-	18,49	-	4	-
		3. Mampu menetapkan tujuan dan berusaha meraihnya	23,43	-	32,51	-	4	-
		4. Mampu meminta bantuan dari orang lain	45	24	33	53	2	2
		5. Kesanggupan berpartisipasi dalam pergaulan	25,47	-	34	56	3	1
3.	Membela diri sendiri	1. Mampu berkata tidak	28	3	37	9	2	2
		2. Mampu mengekspresikan atau membela pendapat	14,42	-	19	50	3	1
4.	Mengekspresikan perasaan dengan jujur dan nyaman	1. Mampu mengekspresikan persetujuan dan ketidaksetujuan	29	4	10,38	-	3	1
		2. Mampu mengakui dan mengungkapkan perasaan yang dialami	15,44	-	-	20,52	2	2
5.	Menerapkan hak pribadi	1. Mampu mempertahankan hak pribadi	5,30	-	11	39	3	1
		2. Menanggapi pelanggaran hak seseorang atau orang lain	16,46	-	21,54	-	4	-
6.	Tidak menyangkali hak orang lain	1. Bertindak tanpa perilaku yang menyakitkan orang lain	6,31	-	12,40	-	4	-
		2. Tidak mengendalikan orang lain	48	17	55	22	2	2
Jumlah			22	6	17	11	39	17
Persen			39,29%	10,71%	30,36%	19,64%	69,64%	30,36%

Hasil uji reliabilitas skala asertivitas menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,822. Hal ini berarti bahwa koefisien reliabilitas skala asertivitas termasuk dalam kategori tinggi, sehingga skala asertivitas dianggap cukup handal untuk digunakan sebagai alat ukur suatu penelitian. Penghitungan dan perincian selengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

5. Penyusunan Alat Ukur untuk Penelitian

Setelah melakukan uji validitas dan reliabilitas, langkah selanjutnya butir-butir aitem yang valid dipergunakan untuk mengambil data yang sesungguhnya, sedangkan butir-butir yang gugur tidak diikutsertakan dalam pengambilan data yang sesungguhnya.

Tabel. 8
Distribusi Aitem Skala Kecemasan Komunikasi Interpersonal
untuk Penelitian

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			<i>Favourable</i>	<i>unfavourable</i>	
1.	<i>Unwillingness</i>	1. Kecemasan	1, 9 (7), 13(12)	6(5), 15(14), 18(16)	6
		2. Introversi	4, 8(9), 14(15)	11(2), 16(11)	5
		3. Rendahnya frekuensi partisipasi dalam berbagai situasi komunikasi	5(6), 10, 12(13), 17	7(3), 19(8)	6
2.	<i>Avoiding</i>	1. Kurangnya penghargaan yang baik terhadap situasi komunikasi	22(18), 23	-	2
		2. Kurangnya pengenalan terhadap situasi komunikasi	21(20), 25(22), 27(24)	24(19), 31(21)	5
3.	<i>Control</i>	1. Faktor lingkungan	32(25), 36(33), 46(40)	39(30), 48(38), 50(35)	6
		2. Rendahnya pengendalian terhadap individu yang berbeda	33(28), 37(31), 42(37)	35(26), 41(34)	5
		3. Reaksi lawan bicara	49(29)	34(27), 40(32), 45(36), 47(39)	5
Jumlah			22	18	40

Keterangan:

Nomor aitem dalam tanda kurung (...) dan dicetak tebal adalah nomor baru untuk aitem valid skala kecemasan komunikasi interpersonal.

Tabel. 9
Distribusi Aitem Skala Konsep Diri untuk Penelitian

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			<i>Favourable</i>	<i>unfavourable</i>	
1.	Fisik	1. Merasa penampilan diri menarik	1, 10(25), 19(39)	28(5), 37(17), 46(34)	6
		2. Menerima keadaan diri yang dimiliki	14(21)	32(11), 41(29), 50(38)	4
2.	Psikis	1. Memiliki keyakinan atas kemampuan yang dimiliki	2(10), 11(32), 20(43)	29(2), 38(12), 47(35)	6
		2. Menerima kelebihan dan kekurangan (kesalahan) diri secara wajar	6(30), 15(42)	33(6), 42(26)	4
		3. Percaya dirinya berarti bagi orang lain	9(16), 18(22), 27(37)	23(14), 36(18), 45(41)	6
3.	Sosial	1. Mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan	3(7), 12(27)	30(3), 39(20), 48(31)	5
		2. Peka terhadap kebutuhan orang lain	7(19)	34(8), 43(23)	3
4.	Moral	1. Meyakini nilai-nilai dan prinsip kehidupannya sekaligus mampu mempertahankannya	4, 13(33), 22(40)	31(9), 40(28), 49(36)	6
		2. Menolak usaha orang lain untuk mendominasinya	17(13)	35(15), 44(24)	3
Jumlah			19	24	43

Keterangan:

Nomor aitem dalam tanda kurung (...) dan dicetak tebal adalah nomor baru untuk aitem valid skala konsep diri.

Tabel. 10
Distribusi Aitem Skala Asertivitas untuk Penelitian

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			Favourable	unfavourable	
1.	Mempromosikan kesetaraan dalam hubungan manusia	Mampu menempatkan dirinya dan orang lain secara setara	26(1)	35(19)	2
2.	Bertindak menurut kepentingan sendiri	1. Mampu membuat keputusan sendiri	2(20)		1
		2. Memiliki inisiatif untuk mengawali pembicaraan	13(2), 41(24)	18(27), 49(31)	4
		3. Mampu menetapkan tujuan dan berusaha meraihnya	23(10), 43(29)	32(15), 51(36)	4
		4. Mampu meminta bantuan dari orang lain	45(7)	33(3)	2
		5. Kesanggupan berpartisipasi dalam pergaulan	25(14), 47(33)	34(22)	3
3.	Membela diri sendiri	1. Mampu berkata tidak	28(4)	37(18)	2
		2. Mampu mengekspresikan atau membela pendapat	14(16), 42(26)	19(13)	3
4.	Mengekspresikan perasaan dengan jujur dan nyaman	1. Mampu mengekspresikan persetujuan dan ketidaksetujuan	29(11)	10(37), 38(6)	3
		2. Mampu mengakui dan mengungkapkan perasaan yang dialami	15(21), 44(28)	-	2
5.	Menerapkan hak pribadi	1. Mampu mempertahankan hak pribadi	5, 30(17)	11(9)	3
		2. Menanggapi pelanggaran hak seseorang atau orang lain	16(12), 46(35)	21(25), 54(39)	4
6.	Tidak menyangkali hak orang lain	1. Bertindak tanpa perilaku yang menyakitkan orang lain	6(8), 31(30)	12(23), 40(34)	4
		2. Tidak mengendalikan orang lain	48(38)	55(32)	2
Jumlah			22	17	39

Keterangan:

Nomor aitem dalam tanda kurung (...) dan dicetak tebal adalah nomor baru untuk aitem valid skala asertivitas.

commit to user

B. Pelaksanaan Penelitian

1. Penentuan Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta sebanyak 3 kelas, yaitu X4, X5, X7. Teknik pengambilan sampel penelitian dilakukan secara random dengan teknik *cluster random sampling*, yaitu dengan melakukan randomisasi terhadap kelas, bukan terhadap subjek secara individual, kemudian cara pemilihannya dengan menggunakan undian.

Jumlah siswa dari ketiga kelas tersebut adalah 110 siswa sedangkan jumlah siswa yang hadir untuk mengikuti penelitian adalah 100 siswa, dengan perincian sebagai berikut:

Tabel. 11
Jumlah Siswa untuk Penelitian

Kelas	Jumlah siswa	Jumlah Siswa Hadir
X4	37	35
X5	38	33
X7	35	32

2. Pengumpulan Data

Pengumpulan data penelitian dilakukan pada tanggal 21 November 2011 dan 22 November 2011 dengan menggunakan alat ukur berupa Skala Kecemasan Komunikasi Interpersonal yang terdiri dari 40 aitem, Skala Konsep Diri yang terdiri dari 43 aitem dan Skala Asertivitas yang terdiri dari 39 aitem. Pembagian dan pengisian skala dilakukan secara klasikal dengan menggunakan jam Bimbingan Konseling setelah mendapatkan ijin dari guru yang mengampu.

Dari 100 eksemplar skala yang disebar terkumpul 100 eksemplar skala, selanjutnya dilakukan pemeriksaan kelengkapan data terhadap masing-masing 100 eksemplar skala tersebut. Dari pemeriksaan tersebut didapatkan semua skala yang berjumlah 100 eksemplar yang layak untuk dilakukan skoring.

3. Pelaksanaan Skoring

Setelah data terkumpul, maka langkah selanjutnya adalah memberikan skor untuk keperluan analisis data. Skor skala kecemasan komunikasi interpersonal, skala konsep diri, dan skala asertivitas bergerak dari 1-4 dengan memperhatikan sifat aitem *favourable* dan *unfavourable*. Skor dari aitem *favourable* adalah 4 untuk pilihan jawaban sangat sesuai (SS), 3 untuk pilihan jawaban sesuai (S), 2 untuk tidak sesuai (TS), dan 1 untuk sangat tidak sesuai (STS). Sedangkan skor aitem *unfavourable* adalah 1 untuk pilihan jawaban sangat sesuai (SS), 2 untuk sesuai (S), 3 untuk jawaban tidak sesuai (TS), dan 4 untuk jawaban sangat tidak sesuai (STS). Kemudian skor yang diperoleh dari subjek penelitian dijumlahkan untuk masing-masing skala. Total skor skala yang diperoleh dari subjek penelitian ini dipakai dalam analisis data.

C. Hasil Analisis Data dan Interpretasi

Penghitungan analisis data dilakukan setelah uji asumsi dasar, yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas, serta uji asumsi klasik, yang meliputi uji

multikolinearitas, uji heteroskedastisitas, dan uji autokorelasi. Penghitungan analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan komputer program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 16.00 for windows.

1. Uji Asumsi Dasar

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Jika analisis menggunakan metode parametrik, maka persyaratan normalitas harus terpenuhi, yaitu data berasal dari distribusi yang normal (Priyatno, 2008). Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov* dengan taraf signifikansi 0,05. Data dinyatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansi lebih besar 5% atau 0,05.

Tabel. 12
Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kecemasan Komunikasi Interpersonal	.078	100	.139	.981	100	.170
Konsep Diri	.058	100	.200*	.988	100	.490
Asertivitas	.057	100	.200*	.984	100	.272

a. Lilliefors Significance Correction

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

Berdasarkan hasil di atas, dapat dilihat pada kolom *Kolmogorov-Smirnov* dan dapat diketahui bahwa nilai signifikansi kecemasan komunikasi interpersonal sebesar $0,139 > 0,05$; nilai *commit to user*

signifikansi konsep diri sebesar $0,200 > 0,05$; serta nilai signifikansi asertivitas sebesar $0,200 > 0,05$. Karena nilai signifikansi untuk seluruh variabel lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data pada variabel kecemasan komunikasi interpersonal, konsep diri, dan asertivitas berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Pengujian ini perlu dilakukan agar hasil analisis yang diperoleh dapat dipertanggungjawabkan dalam pengambilan kesimpulan beberapa kesimpulan penelitian yang diperlukan (Sudarmanto, 2005). Pengujian pada program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 16 menggunakan *Test for Linearity* dengan taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linear bila nilai signifikansi (*Linearity*) kurang dari 0,05 (Priyatno, 2008).

Tabel. 13
Hasil Uji Linearitas antara Kecemasan Komunikasi Interpersonal
dengan Konsep Diri

ANOVA Table							
		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.	
Kecemasan Komunikasi Interpersonal * Konsep Diri	Between Groups	(Combined)	8861.783	44	201.404	2.302	.002
		Linearity	5353.600	1	5353.600	61.178	.000
		Deviation from Linearity	3508.183	43	81.586	.932	.591
	Within Groups		4812.967	55	87.508		
	Total		13674.750	99			

Tabel. 14
Hasil Uji Linearitas antara Kecemasan Komunikasi Interpersonal
dengan Asertivitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Komunikasi Interpersonal * Asertivitas	Between Groups	(Combined)	9719.667	38	255.781	3.945	.000
		Linearity	8025.805	1	8025.805	123.784	.000
		Deviation from Linearity	1693.862	37	45.780	.706	.871
	Within Groups		3955.083	61	64.837		
	Total		13674.750	99			

Tabel tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara konsep diri dengan kecemasan komunikasi interpersonal menghasilkan nilai signifikansi pada *Linearity* sebesar 0,000. Karena nilai signifikansi yang dihasilkan kurang dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel konsep diri dengan kecemasan komunikasi interpersonal terdapat hubungan yang linear. Selain itu, diantara asertivitas dengan kecemasan

komunikasi interpersonal juga menghasilkan nilai signifikansi pada *Linearity* sebesar 0,000. Karena nilai signifikansi yang dihasilkan kurang dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa antara asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal terdapat hubungan yang linear.

2. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk menguji ada tidaknya korelasi antar variabel bebas (independen). Prasyarat yang harus terpenuhi dalam model regresi adalah tidak adanya multikolinearitas. Pada pembahasan ini uji multikolinearitas dilakukan dengan melihat nilai *Variance inflation factor* (VIF) pada model regresi. Pada umumnya, apabila nilai VIF lebih besar dari 5, maka suatu variabel bebas mempunyai persoalan multikolinearitas dengan variabel bebas yang lain (Priyatno, 2008).

Tabel. 15
Hasil Uji Multikolinearitas

Coefficients ^a								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	198.061	8.580		23.085	.000		
	Konsep Diri	-.179	.074	-.207	-2.433	.017	.555	1.801
	Asertivitas	-.721	.098	-.628	-7.389	.000	.555	1.801

a. Dependent Variable: Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Berdasarkan hasil penghitungan di atas, dapat diketahui bahwa nilai *variance inflation factor* (VIF) kedua variabel bebas, yaitu variabel konsep diri dan asertivitas adalah 1,801. Hal tersebut menunjukkan bahwa antarvariabel independen tidak terdapat persoalan multikolinearitas, karena nilai VIF yang didapat kurang dari 5.

b. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan *variance* dari residual satu pengamatan ke pengamatan lain. Prasyarat yang harus terpenuhi dalam model regresi adalah tidak adanya gejala heteroskedastisitas. Metode pengujian untuk uji heteroskedastisitas pada penelitian ini menggunakan uji Park dan melihat titik-titik pada pola scatterplots. Priyatno (2008) menjelaskan bahwa Uji Park yaitu meregresikan nilai residual ($Ln\epsilon^2$) dengan masing-masing variabel independen (LnX_1 dan LnX_2). Kriteria pengujian adalah sebagai berikut:

1. H_0 : tidak ada gejala heteroskedastisitas
2. H_a : ada gejala heteroskedastisitas
3. H_0 diterima apabila $-t_{tabel} \leq t_{hitung} \leq t_{tabel}$ yang berarti tidak terdapat heteroskedastisitas dan H_0 ditolak apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau $-t_{hitung} < -t_{tabel}$, yang berarti terdapat heteroskedastisitas.

Metode pengambilan keputusan pada uji heteroskedastisitas dengan melihat scatterplots yaitu jika titik-titik menyebar dengan pola yang tidak

commit to user

jelas di atas dan di bawah angka 0 pada sumbu Y maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi masalah heterokedastisitas pada model regresi (Priyatno, 2010).

Tabel. 16
Hasil Uji Heteroskedastisitas antara Kecemasan Komunikasi Interpersonal dengan Konsep Diri

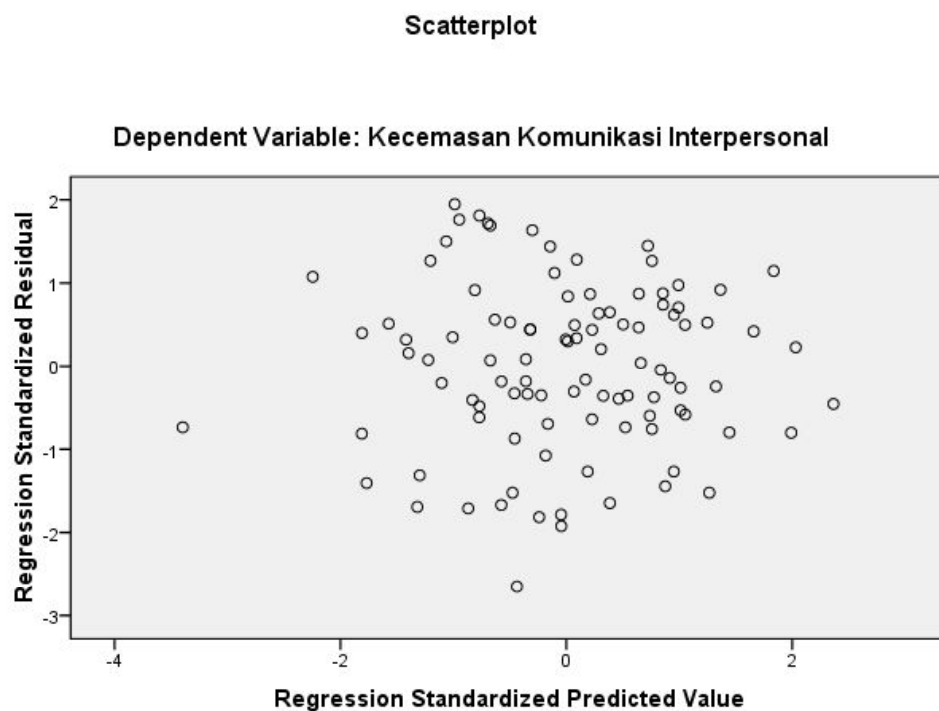
Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	90.097	74.855		1.204	.232
	lnx1	-4.260	15.474	-.028	-.275	.784

a. Dependent Variable: lnei2

Tabel. 17
Hasil Uji Heteroskedastisitas antara Kecemasan Komunikasi Interpersonal dengan Asertivitas

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	110.515	89.123		1.240	.218
	lnx2	-8.656	18.804	-.046	-.460	.646

a. Dependent Variable: lnei2



Hasil penghitungan di atas menunjukkan bahwa nilai t hitung adalah -0,275 dan -0,460. Nilai t tabel dapat dicari dengan $df = n - 2$ atau $df = 100 - 2 = 98$ pada pengujian dua ekor (signifikansi 0,025), didapat nilai tabel sebesar 1,984467. Karena t hitung (-0,275 dan -0,460) berada pada $-t \text{ tabel} \leq t \text{ hitung} \leq t \text{ tabel}$, sehingga $-1,984467 \leq -0,275 \text{ dan } -0,460 \leq 1,984467$ maka H_0 diterima, artinya pengujian antara $Lnei^2$ dengan $LnX1$ dan $Lnei^2$ dengan $LnX2$ tidak ada gejala heteroskedastisitas. Perhitungan ini didukung dengan hasil uji heterokedastisitas dengan menggunakan scatterplot yang menunjukkan bahwa titik-titik menyebar tidak jelas.

c. Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya penyimpangan asumsi klasik autokorelasi, yaitu korelasi yang terjadi antara residual pada satu pengamatan dengan pengamatan lain pada model regresi. Prasyarat yang harus terpenuhi adalah tidak adanya autokorelasi dalam model regresi (Priyatno, 2008). Pengujian autokorelasi dalam penelitian ini menggunakan uji DW (Durbin-Watson). Secara umum, panduan mengenai angka Durbin-Watson (D-W) untuk mendeteksi autokorelasi dapat diambil patokan sebagai berikut (Santoso, 2000).

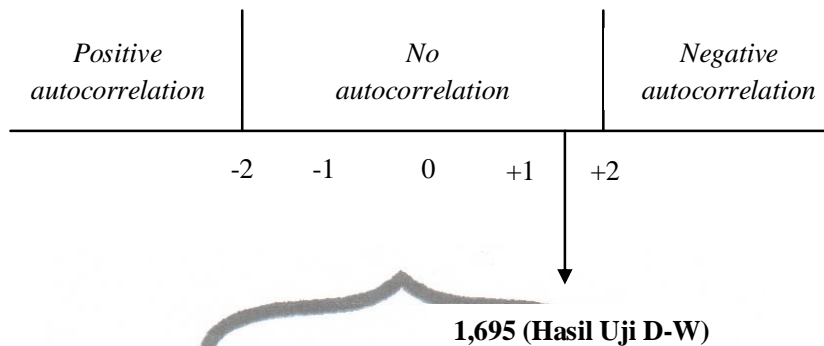
- 1) Angka D-W di bawah -2 berarti terdapat autokorelasi positif
- 2) Angka D-W di antara -2 sampai +2 berarti tidak terdapat autokorelasi
- 3) Angka D-W di atas +2 berarti terdapat autokorelasi negatif

Tabel. 18
Hasil Uji Autokorelasi

Model Summary^b					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.781 ^a	.611	.603	7.40861	1.695

a. Predictors: (Constant), Asertivitas, Konsep diri

b. Dependent Variable: Kecemasan Komunikasi Interpersonal



Gambar 2.
Pengujian Autokorelasi

Hasil penghitungan menunjukkan bahwa nilai DW sebesar 1,695. Hasil tersebut menjelaskan bahwa tidak terdapat masalah autokorelasi dalam penelitian ini, karena nilai D-W sebesar 1,695 berada di antara -2 sampai +2. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak ditemukan masalah autokorelasi pada model regresi dalam penelitian ini.

3. Uji Hipotesis

a. Uji Simultan F

Pengujian hipotesis dengan *F test* bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen terhadap variabel dependen secara simultan (bersama-sama). Hasil F-test menunjukkan variabel independen secara bersama-sama berpengaruh secara signifikan terhadap variabel dependen jika nilai *p-value* (pada kolom Sig.) lebih kecil dari *level of significant* yang ditentukan, yaitu taraf signifikansi 0,05 atau nilai F hitung

(pada kolom F) lebih besar dari nilai F tabel. Signifikan berarti hubungan yang terjadi dapat berlaku untuk populasi, atau dengan kata lain dapat digeneralisasikan (Priyatno, 2008). Hasil F-test dari *output* program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 16 dapat dilihat pada tabel Anova.

Nilai koefisien korelasi ganda (R) pada *Model Summary* digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel independen terhadap variabel dependen secara serentak. Koefisien ini menunjukkan seberapa besar hubungan yang terjadi antara variabel independen (X1 dan X2) secara serentak terhadap variabel dependen (Y). Nilai R berkisar antara 0 sampai dengan 1. Apabila nilai R semakin mendekati 1 berarti hubungan yang terjadi semakin kuat, sebaliknya apabila nilai r semakin mendekati 0 maka hubungan yang terjadi semakin lemah (Priyatno, 2008).

Pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi ganda, adalah sebagai berikut:

Tabel. 19
Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi Ganda (R)

No.	Interval Nilai R	Interpretasi
1.	0,000 – 0,199	Sangat Rendah
2.	0,200 – 0,399	Rendah
3.	0,400 – 0,599	Sedang
4.	0,600 – 0,799	Kuat
5.	0,800 – 1,000	Sangat Kuat

Pada *Model Summary* juga ditunjukkan nilai koefisien determinasi (R^2) untuk mengetahui persentase sumbangan pengaruh variabel independen (X1 dan X2) secara serentak terhadap variabel dependen (Y).

commit to user

Apabila nilai R^2 sama dengan 0, maka tidak ada sedikitpun persentase sumbangan pengaruh yang diberikan variabel independen terhadap variabel dependen, sebaliknya apabila nilai R^2 sama dengan 1, maka persentase sumbangan pengaruh yang diberikan variabel independen terhadap variabel dependen adalah sempurna.

Tabel. 20
Hasil Uji-F

ANOVA^b

	Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	8350.659	2	4175.329	76.071	.000 ^a
	Residual	5324.091	97	54.888		
	Total	13674.750	99			

a. Predictors: (Constant), Asertivitas, Konsep Diri

b. Dependent Variable: Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Tabel. 21
Hasil Analisis Regresi Linear Berganda

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.781 ^a	.611	.603	7.40861

a. Predictors: (Constant), Asertivitas, Konsep Diri

b. Dependent Variable: Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Berdasarkan hasil penghitungan di atas, didapatkan nilai *p-value* (pada kolom Sig.) sebesar $0,000 <$ dari nilai taraf signifikansi 0,05 sedangkan nilai F hitung sebesar $76,071 >$ dari nilai F tabel sebesar 3,090187. Hal ini berarti bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian

ini dapat diterima, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dan asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal.

Nilai koefisien korelasi ganda (R) yang dihasilkan sebesar 0,781 menunjukkan bahwa terjadi hubungan yang kuat antara konsep diri dan asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal. Hasil penghitungan tersebut juga menunjukkan nilai koefisien determinasi (R^2). Nilai ini digunakan untuk mengetahui persentase sumbangan pengaruh variabel independen (X_1 dan X_2) secara serentak terhadap variabel dependen (Y). Nilai R^2 (R Square) sebesar 0,611 atau 61,1%, yang berarti bahwa persentase sumbangan pengaruh variabel independen yakni konsep diri dan asertivitas terhadap variabel dependen yakni kecemasan komunikasi interpersonal sebesar 61,1%. Sisanya sebesar 38,9% dipengaruhi atau dijelaskan oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

b. Uji Korelasi Parsial

Uji korelasi parsial dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel di mana variabel lain yang dianggap berpengaruh dikendalikan atau dibuat tetap (Priyatno, 2008). Nilai korelasi (r) berkisar antara 1 sampai -1, nilai semakin mendekati 1 atau -1 berarti hubungan antara dua variabel semakin kuat. Sebaliknya nilai mendekati 0 berarti hubungan antara dua variabel semakin lemah.

Pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi, adalah sebagai berikut:

Tabel. 22
Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi (r)

No.	Interval Koefisien Korelasi (r)	Interpretasi
1.	0,000 – 0,199	Sangat Rendah
2.	0,200 – 0,399	Rendah
3.	0,400 – 0,599	Sedang
4.	0,600 – 0,799	Kuat
5.	0,800 – 1,000	Sangat Kuat

Tabel. 23
Korelasi Parsial Konsep Diri dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal
Correlations

Control Variables		Konsep Diri	Kecemasan Komunikasi Interpersonal
Asertivitas	Konsep Diri	Correlation	1.000
		Significance (2-tailed)	.
		Df	0
	Kecemasan Komunikasi Interpersonal	Correlation	-.240
		Significance (2-tailed)	.017
		Df	97

Tabel. 24
Korelasi Parsial Asertivitas dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Control Variables		Asertivitas	Kecemasan Komunikasi Interpersonal
Konsep Diri	Asertivitas	Correlation	1.000
		Significance (2-tailed)	.
		Df	0
	Kecemasan Komunikasi Interpersonal	Correlation	-.600
		Significance (2-tailed)	.000
		Df	97

Berdasarkan penghitungan didapatkan hasil sebagai berikut:

- a. Nilai korelasi parsial antara konsep diri dengan kecemasan komunikasi interpersonal (r_{x1y}) dimana variabel asertivitas dikendalikan adalah sebesar $-0,240$ menunjukkan hubungan yang rendah antara antara konsep diri dengan kecemasan komunikasi interpersonal. Arah hubungan yang terjadi adalah negatif, karena nilai r negatif, artinya semakin tinggi konsep diri maka akan semakin rendah kecemasan komunikasi interpersonal.
- b. Nilai korelasi parsial antara asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal (r_{x2y}) dimana variabel konsep diri dikendalikan adalah sebesar $-0,600$ menunjukkan hubungan yang kuat antara asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal. Arah hubungan yang terjadi adalah negatif, karena nilai r negatif, artinya semakin tinggi asertivitas maka akan semakin rendah kecemasan komunikasi interpersonal.

4. Sumbangan Relatif dan Sumbangan Efektif

Sumbangan relatif dan sumbangan efektif memberikan informasi tentang besarnya sumbangan pengaruh masing-masing variabel independen atau prediktor terhadap variabel dependen dalam model regresi. Perbedaan antara sumbangan relatif dengan sumbangan efektif yaitu sumbangan relatif menunjukkan ukuran besarnya sumbangan suatu variabel independen terhadap jumlah kuadrat regresi, sedangkan sumbangan efektif menunjukkan

commit to user

besarnya sumbangan suatu variabel independen terhadap keseluruhan efektifitas garis regresi yang digunakan sebagai dasar prediksi. Hasil penghitungan menunjukkan:

- a. Sumbangan relatif konsep diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal sebesar 21, 19% dan sumbangan relatif asertivitas terhadap kecemasan komunikasi interpersonal sebesar 78,81%.
- b. Sumbangan efektif konsep diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal sebesar 12, 94% dan sumbangan efektif asertivitas terhadap kecemasan komunikasi interpersonal sebesar 48,13%. Total sumbangan efektif konsep diri dan asertivitas terhadap kecemasan komunikasi interpersonal ditunjukkan oleh nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,611 atau 61,1%.

Penghitungan dan perincian selengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

5. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dimaksudkan untuk memberikan gambaran umum mengenai kondisi konsep diri, asertivitas, dan kecemasan komunikasi interpersonal pada subjek yang diteliti.

Tabel. 25
Deskripsi Data Penelitian

Skala	Jml Sbjk	Data Hipotetik		M	SD	Data Empirik		M	SD
		Skor Min	Skor Maks			Skor Min	Skor Maks		
K.K.I	100	40	160	100	20	56	118	92.65	11.75282
K.D	100	43	172	107,5	21,5	98	167	126.71	13.58646
A	100	39	156	97,5	19,5	90	148	114.74	10.23819

Keterangan:

Jml Sbjk : Jumlah Subjek
 Min : Minimal
 Maks : Maksimal
 M : Rerata
 SD : Standar Deviasi

Berdasarkan tabel statistik, kemudian dilakukan kategorisasi subjek secara normatif guna memberikan interpretasi terhadap skor skala. Kategorisasi yang digunakan adalah kategorisasi jenjang berdasarkan pada model distribusi normal. Tujuan dari kategorisasi ini adalah menempatkan subjek ke dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2010). Kontinum jenjang ini akan dibagi menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

Apabila subjek digolongkan dalam tiga kategori, maka akan didapat kategorisasi serta distribusi skor sebagai berikut:

Tabel. 26
Kategorisasi Subjek Berdasar Skor Skala Penelitian

Variabel	Kategorisasi		Subjek			Rerata Empirik
	Kategori	Skor	Jumlah		Persentase	
			P	L		
Kecemasan Komunikasi Interpersonal	Rendah	$X < 80$	4	9	13	92,65
	Sedang	$80 \leq X < 120$	53	34	87	
	Tinggi	$120 \leq X$	-	-	-	
Konsep Diri	Rendah	$X < 86$	-	-	-	126,71
	Sedang	$86 \leq X < 129$	33	23	56	
	Tinggi	$129 \leq X$	25	19	44	
Asertivitas	Rendah	$X < 78$	-	-	-	114,74
	Sedang	$78 \leq X < 117$	32	27	59	
	Tinggi	$117 \leq X$	25	16	41	

a. Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Hasil perhitungan menunjukkan bahwa dari 100 subjek penelitian, 13 siswa atau sekitar 13% siswa memiliki tingkat kecemasan komunikasi interpersonal yang rendah, 87 siswa atau sekitar 87% siswa memiliki tingkat kecemasan komunikasi interpersonal sedang dan tidak ada yang memiliki tingkat kecemasan komunikasi interpersonal yang tinggi. Berdasarkan data tersebut, maka dapat diketahui bahwa subjek secara umum memiliki tingkat kecemasan komunikasi interpersonal yang sedang.

b. Konsep Diri

Hasil perhitungan menunjukkan bahwa dari 100 subjek penelitian, 44 siswa atau sekitar 44% siswa memiliki tingkat konsep diri yang tinggi, 56 siswa atau sekitar 56% siswa memiliki tingkat konsep diri sedang dan tidak ada yang memiliki tingkat konsep diri yang rendah. Berdasarkan data tersebut, maka dapat diketahui bahwa subjek secara umum memiliki tingkat konsep diri yang sedang.

c. Asertivitas

Hasil perhitungan menunjukkan bahwa dari 100 subjek penelitian, 41 siswa atau sekitar 41% siswa memiliki tingkat asertivitas yang tinggi, 59 siswa atau sekitar 59% siswa memiliki tingkat asertivitas sedang dan tidak ada yang memiliki tingkat asertivitas yang rendah. Berdasarkan data tersebut, maka dapat diketahui bahwa subjek secara umum memiliki tingkat asertivitas yang sedang.

D. Pembahasan

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa hipotesis pertama yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dan asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta. Hal tersebut didasarkan atas hasil *output* program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 16.00 *for windows* dengan menggunakan penghitungan analisis regresi linier berganda, yakni nilai *p-value* sebesar $0,000 < \text{nilai taraf signifikansi } 0,05$ sedangkan nilai *F* hitung sebesar $76,071 > F \text{ tabel sebesar } 3,090187$ serta nilai koefisien korelasi ganda (*R*) yang dihasilkan sebesar 0,781 menunjukkan bahwa terjadi hubungan signifikan yang kuat antara konsep diri dan asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal.

Konsep diri dan asertivitas secara bersama-sama mempunyai hubungan yang signifikan dengan kecemasan komunikasi interpersonal. Individu dengan konsep diri yang tinggi disertai dengan asertivitas yang tinggi pula akan memiliki penilaian yang positif mengenai dirinya sehingga ia akan merasa menyatu dan diterima oleh lingkungan sosialnya, remaja akan dapat mengekspresikan pikiran bahkan perasaan secara lebih jujur dan nyaman sehingga lingkungan dapat memahami kondisi diri remaja. Dengan demikian dapat mengarahkan remaja menjadi individu yang sehat mental terhindar dari kecemasan.

Hal ini sejalan dengan pendapat Townend (1991) yang menjelaskan bahwa asertivitas berkaitan dengan kepercayaan pada diri sendiri, memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, dan berperilaku terhadap orang lain melalui

commit to user

sebuah cara yang jujur dan langsung. Fitts (dalam Snavely, 1976); Setiono Pramadi (2005) juga menyebutkan bahwa konsep diri dan asertivitas merupakan elemen penting dalam komunikasi interpersonal. Asertivitas yang tinggi membuat seseorang menjadi lebih berani untuk berkomunikasi dan berbicara di hadapan orang lain serta lebih saling mengenal dan berkumpul bersama orang lain.

Pendapat ini didukung pula oleh penelitian Knutson dan Lashbrook, 1976; Merrill, 1974 (dalam McCroskey, 1977) yang menyebutkan bahwa seseorang dengan kecemasan komunikasi yang tinggi memiliki asertivitas dan responsivitas yang rendah. Sebaliknya seseorang dengan kecemasan komunikasi yang rendah memiliki asertivitas dan responsivitas yang tinggi.

Nilai korelasi parsial antara konsep diri dengan kecemasan komunikasi interpersonal (r_{x1y}) adalah sebesar -0,240 dengan $p\text{-value} < 0,05$ menunjukkan hubungan signifikan yang rendah antara konsep diri dengan kecemasan komunikasi interpersonal. Arah hubungan yang terjadi adalah negatif, karena nilai r negatif, artinya semakin tinggi konsep diri maka akan semakin rendah kecemasan komunikasi interpersonal. Sebaliknya semakin rendah konsep diri maka semakin tinggi kecemasan komunikasi interpersonal. Sedangkan nilai korelasi parsial antara asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal (r_{x2y}) sebesar -0,600 dengan $p\text{-value} < 0,05$. Nilai tersebut menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan yang kuat antara asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal. Semakin tinggi asertivitas maka semakin rendah kecemasan komunikasi interpersonal pada remaja, begitu juga sebaliknya semakin rendah asertivitas maka semakin tinggi kecemasan komunikasi interpersonal.

Dari hasil uji korelasi parsial di atas dapat dilihat bahwa dibandingkan dengan konsep diri, asertivitas memiliki korelasi yang lebih tinggi dengan kecemasan komunikasi interpersonal. Hal ini dapat dijelaskan bahwa pada masa remaja, individu seringkali menghadapi benturan antara tuntutan diri dan tuntutan lingkungan. Konflik berupa benturan antara tuntutan lingkungan dengan kebutuhan dalam diri remaja ini akan menimbulkan emosi-emosi negatif. Dengan asertivitas yang rendah, remaja akan mengalami kesulitan mengutarakan perasaan dan pikirannya pada orang lain, dan cenderung untuk memenuhi tuntutan lingkungan dengan menekan kebutuhan dirinya. Hal ini tentunya akan menimbulkan konflik dalam diri remaja. Apabila konflik berupa benturan antara tuntutan lingkungan dengan kebutuhan diri remaja ini dibiarkan terus-menerus maka akan mudah mendorong timbulnya kecemasan dalam diri remaja. Dengan demikian dapat dijelaskan bahwa seseorang dengan asertivitas yang rendah akan memiliki kecemasan komunikasi interpersonal yang tinggi, dan sebaliknya.

Sedangkan terkait dengan konsep diri, dapat dijelaskan bahwa remaja memiliki karakteristik khas yaitu adanya egosentrisme dalam diri remaja yang selalu ingin nampak baik di hadapan orang lain. Santrock (2003) menjelaskan bahwa remaja memiliki mekanisme untuk melindungi dan mengembangkan dirinya. Harter (1990, dalam Santrock, 2003) juga menyebutkan bahwa mekanisme untuk mempertahankan diri sendiri (*self-protective*) merupakan bagian dari pemahaman diri remaja. Dalam melindungi diri, remaja cenderung menolak akan adanya karakteristik negatif dalam diri mereka. Kecenderungan tersebut untuk menggambarkan diri mereka dengan cara yang idealistik. Hal ini

sejalan dengan pandangan King (dalam Sobur, 2003) yang mengemukakan enam macam gambaran tentang cara seseorang mengembangkan konsep diri. Salah satunya adalah konsep "*Me as I think I ought to be*". Ini adalah gambaran ego ideal tentang apa yang seharusnya dilakukan oleh seseorang. Dengan demikian belum tentu seseorang dengan konsep diri yang rendah akan memiliki tingkat kecemasan komunikasi interpersonal yang tinggi.

Nilai *R Square* sebesar 0,611 menunjukkan bahwa sumbangan pengaruh dari konsep diri dan asertivitas secara bersama-sama terhadap kecemasan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta yaitu sebesar 61,1%. Sedangkan sisanya sebesar 38,9% dipengaruhi atau dijelaskan oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini seperti kontrol diri, harga diri, ketrampilan atau pengalaman komunikasi yang dimiliki individu, ataupun tingkat evaluasi yang diberikan orang lain. Nilai *R Square* yang didapat juga merupakan hasil penjumlahan dari sumbangan efektif kedua variabel bebas. Sumbangan efektif dari konsep diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal sebesar 12,94% sedangkan sumbangan efektif dari asertivitas terhadap kecemasan komunikasi sebesar 48,13%. Terlihat bahwa asertivitas memberikan pengaruh yang lebih besar daripada pengaruh yang diberikan konsep diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal.

Berdasarkan hasil kategorisasi skala kecemasan komunikasi interpersonal, diketahui bahwa skor kecemasan komunikasi interpersonal subjek penelitian berada pada kategori sedang dengan persentase 87%, yaitu sebanyak 87 siswa. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan komunikasi

interpersonal siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta berada pada kategori sedang.

Adapun berdasarkan hasil kategorisasi konsep diri, secara umum konsep diri subjek berada pada kategori sedang. Hal ini bisa dilihat dari skor konsep diri dalam penelitian ini bahwa sekitar 56% yaitu sebanyak 56 siswa memiliki tingkat konsep diri yang sedang. Hal ini kemungkinan disebabkan karena subjek sedang berada dalam masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Kondisi demikian membawa konsekuensi mengenai perlakuan orang tua terhadap remaja, yaitu orang tua belum secara sepenuhnya memperlakukan remaja sebagai orang dewasa dan terkadang masih memperlakukan remaja sebagai anak-anak. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Zebua dan Nurdjayadi (2001) bahwa seorang remaja yang diperlakukan dengan tidak selalu dianggap sebagai anak-anak akan lebih cepat matang dan akan mengembangkan konsep diri positif yang tinggi.

Berdasarkan hasil kategorisasi tingkat asertivitas, diketahui bahwa subjek penelitian memiliki tingkat asertivitas pada kategori sedang dengan persentase sebesar 59%, yaitu sebanyak 59 siswa. Hal ini dimungkinkan karena kurangnya inisiatif dari remaja untuk bersikap asertif. Inisiatif yang kurang tinggi ini kemungkinan disebabkan oleh pola asuh orang tua ataupun pola pendidikan sekolah yang relatif ketat. Meskipun sekolah tetap membuka peluang kepada remaja untuk berinisiatif, namun remaja memiliki pandangan tersendiri yang kurang positif mengenai kultur pendidikan yang ditetapkan sekolah. Demikian pula halnya dengan pandangan remaja mengenai pola pengasuhan yang diterapkan

orang tua. Pandangan ini disebabkan oleh penilaian internal remaja terhadap diri mereka sebagai anak yang harus menuruti aturan dan batasan-batasan yang ditetapkan orang tua ataupun guru, sehingga remaja cenderung takut memiliki inisiatif untuk bersikap asertif.

Secara umum, hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan yang kuat antara konsep diri dan asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta. Penelitian ini memiliki beberapa kelebihan diantaranya adalah hipotesis dalam penelitian ini terbukti serta reliabilitas skala yang digunakan dalam penelitian ini termasuk dalam kategori baik sehingga dianggap cukup handal untuk digunakan sebagai alat ukur suatu penelitian. Di samping itu, penelitian ini pun memiliki kelemahan dan keterbatasan, antara lain hanya dapat digeneralisasikan secara terbatas pada populasi penelitian saja. Sehingga untuk penerapan penelitian bagi populasi yang lebih luas dengan karakteristik yang berbeda memerlukan penelitian lebih lanjut dengan menambah variabel-variabel lain yang belum disertakan dalam penelitian ini dengan perbaikan alat ukur, prosedur, serta memperluas ruang lingkup penelitian. Sehingga diharapkan penelitian selanjutnya dapat menemukan hasil yang lebih komprehensif.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan signifikan yang kuat antara konsep diri dan asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMA Al Islam 1 Surakarta.
2. Secara parsial terdapat hubungan negatif signifikan yang rendah antara konsep diri dengan kecemasan komunikasi interpersonal. Artinya semakin tinggi konsep diri maka semakin rendah kecemasan komunikasi interpersonal. Sebaliknya semakin rendah konsep diri maka semakin tinggi kecemasan komunikasi interpersonal.
3. Secara parsial terdapat hubungan negatif signifikan yang kuat antara asertivitas dengan kecemasan komunikasi interpersonal. Artinya semakin tinggi asertivitas maka semakin rendah kecemasan komunikasi interpersonal. Sebaliknya semakin rendah asertivitas maka semakin tinggi kecemasan komunikasi interpersonal.
4. Sumbangan relatif konsep diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal sebesar 21,19% dan sumbangan relatif asertivitas terhadap kecemasan komunikasi interpersonal sebesar 78,81%. Sumbangan efektif konsep diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal sebesar 12,94% dan sumbangan

efektif asertivitas terhadap kecemasan komunikasi interpersonal sebesar 48,13%. Sehingga total sumbangan efektif konsep diri dan asertivitas terhadap kecemasan komunikasi interpersonal adalah 61,1%.

5. Tingkat kecemasan komunikasi interpersonal, konsep diri, dan asertivitas pada subjek penelitian termasuk dalam kategori sedang.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Bagi siswa

Bagi siswa dengan konsep diri dan asertivitas dalam tingkat sedang diharapkan dapat mengembangkan konsep diri dan asertivitas dalam rangka menurunkan tingkat kecemasan komunikasi interpersonal. Hal tersebut dapat dilakukan dengan cara membangun komunikasi aktif dengan orang tua mengenai masalah-masalah yang dihadapi, kesulitan perasaan atau emosi, kebingungan, ataupun kekecewaan sebagai upaya untuk melatih kemampuan mengungkapkan perasaan serta masalah kepada orang lain. Sedangkan bagi siswa dengan konsep diri dan asertivitas yang tinggi diharapkan dapat mempertahankannya.

2. Bagi orang tua

Orang tua diharapkan dapat memberikan perlakuan-perlakuan yang sesuai dalam rangka membangun konsep diri dan asertivitas remaja sehingga dapat menghindari kecemasan komunikasi interpersonal remaja. Hal ini dapat

dilakukan dengan cara membangun komunikasi aktif dalam suatu bentuk diskusi agar remaja dapat mengkomunikasikan pemikiran bahkan perasaan terkait dengan masalah-masalah dan kesulitan yang dialami pada masa remaja, serta mendapatkan pandangan-pandangan baru dan alternatif solusi yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah.

3. Bagi guru dan sekolah serta pihak-pihak terkait yang turut bertanggung jawab terhadap permasalahan remaja

Bagi guru serta pihak-pihak terkait yang turut bertanggung jawab terhadap permasalahan remaja diharapkan dapat membantu remaja dengan tingkat konsep diri, asertivitas, dan kecemasan komunikasi dalam kategori sedang untuk dapat mengembangkan konsep diri dan asertivitas serta memberikan perlakuan-perlakuan yang sesuai sebagai upaya menghindari atau menurunkan kecemasan komunikasi interpersonal remaja, yaitu dengan cara memberikan peluang kepada siswa untuk mengungkapkan masalah-masalah dan tekanan dalam diri berikut dengan perasaan remaja terkait dengan masalah yang dihadapi serta mendiskusikan alternatif solusi terbaik yang dapat diambil.

4. Bagi peneliti lain

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengadakan penelitian dengan tema yang sama, diharapkan untuk lebih memperluas ruang lingkup, misalnya dengan memperluas populasi atau menambah variabel-variabel lain, seperti kontrol diri, harga diri, ketrampilan atau pengalaman komunikasi yang dimiliki individu, ataupun tingkat evaluasi yang diberikan oleh orang lain.

Dengan demikian, hasil yang didapat lebih bervariasi sehingga kesimpulan yang diperoleh lebih komprehensif.

