JOURNAL OF ISLAMIC STUDIES
Institut Agama Islam Al-Zaytun Indonesia
https://journals.iai-alzaytun.ac.id/index.php/jis
E-ISSN: 2988-0947
Vol. 3 No. 4 (2026): 320-332
DOI: https://doi.org/10.61341/jis/v3i4.154

PENGARUH KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM TERHADAP KEMAMPUAN KOMUNIKASI PUBLIK PADA MAHASISWA IAI AL-AZIS ANGKATAN 10

Rahmah Rihhadatul 'Aisy[1]✉ Supriadi M[2] Muhammad Nur Kholish AR[3]

[1,2,3] Komunikasi dan Penyiaran Islam, Institut Agama Islam Al-Zaytun Indonesia
rahmahrihhadatul@gmail.com[1]✉, maudsupriadi@gmail.com[2], kholis@iai-alzaytun.ac.id[3]

Abstrak

Kemampuan komunikasi publik merupakan kompetensi penting yang harus dimiliki mahasiswa, namun masih banyak mahasiswa mengalami kecemasan saat berbicara di depan umum sehingga menghambat efektivitas penyampaian pesan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kecemasan berbicara di depan umum terhadap kemampuan komunikasi publik mahasiswa IAI AL-AZIS Angkatan 10 serta mengetahui besarnya pengaruh tersebut. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian berjumlah 68 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin. Data dikumpulkan melalui kuesioner skala Likert yang disusun berdasarkan teori *Communication Apprehension* dari McCroskey dan konsep *Public Speaking* dari Lucas, kemudian dianalisis menggunakan uji validitas, reliabilitas, normalitas, dan regresi linear sederhana dengan bantuan SPSS versi 25. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kemampuan komunikasi publik mahasiswa dengan nilai signifikansi 0,000 (<0,05). Nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,485 menunjukkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum memberikan kontribusi pengaruh sebesar 48,5% terhadap kemampuan komunikasi publik mahasiswa, sedangkan 51,5% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Temuan ini menegaskan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum, semakin rendah kemampuan komunikasi publik mahasiswa.

Kata Kunci: kecemasan berbicara di depan umum, komunikasi publik, mahasiswa, *public speaking*.

Abstract

Public communication skills are essential competencies that university students are expected to develop. However, many students experience public speaking anxiety, which may hinder their ability to communicate effectively. This study aims to examine the effect of public speaking anxiety on the public communication skills of tenth-cohort students at IAI AL-AZIS and to determine the magnitude of this effect. The study employed a quantitative approach using a correlational research design. A total of 68 respondents were selected using the Slovin formula. Data were collected through a Likert-scale questionnaire developed based on McCroskey's *Communication Apprehension* theory and Lucas's *Public Speaking* concept. The data were analyzed using validity, reliability, normality, and simple linear regression tests with SPSS version 25. The findings reveal that public speaking anxiety has a negative and significant effect on students' public communication skills, with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). The coefficient of determination (R^2) of 0.485 indicates that public speaking anxiety accounts for 48.5% of the variance in students' public communication skills, while the remaining 51.5% is explained by other factors beyond the scope of this study. These findings suggest that higher levels of public speaking anxiety are associated with lower levels of public communication skills among university students.

Keywords: public speaking anxiety, public communication skills, university students, public speaking.

PENDAHULUAN

Komunikasi merupakan salah satu kompetensi penting yang harus dimiliki mahasiswa dalam mendukung keberhasilan akademik maupun profesional. Dalam lingkungan perguruan tinggi, mahasiswa tidak hanya dituntut untuk memahami materi pembelajaran, tetapi juga mampu menyampaikan gagasan, argumentasi, dan hasil pemikirannya kepada orang lain secara jelas dan sistematis. Kemampuan tersebut menjadi semakin penting karena berbagai aktivitas akademik, seperti presentasi, seminar, diskusi kelas, penyampaian hasil penelitian, dan forum ilmiah, menempatkan mahasiswa pada situasi yang mengharuskan mereka berkomunikasi di depan orang lain. Komunikasi publik dengan demikian bukan hanya berkaitan dengan kemampuan berbicara, tetapi juga mencakup kemampuan mengorganisasi gagasan, menggunakan bahasa secara efektif, membangun kepercayaan diri, serta menyesuaikan pesan dengan karakteristik audiens (Mulyana, 2018; Lucas, 2019).

Komunikasi pada dasarnya merupakan proses penyampaian pesan dari komunikator kepada komunikan untuk mencapai pemahaman tertentu. Dalam proses tersebut, efektivitas komunikasi tidak hanya ditentukan oleh isi pesan, tetapi juga oleh kemampuan komunikator dalam memilih cara penyampaian yang sesuai dengan karakteristik pesan dan penerima pesan. Oleh karena itu, kemampuan komunikasi menjadi bagian penting dalam berbagai aktivitas manusia, termasuk dalam lingkungan pendidikan. Dalam konteks mahasiswa, kemampuan menyampaikan gagasan secara jelas dan sistematis menjadi semakin penting karena proses pembelajaran menuntut adanya interaksi, diskusi, presentasi, dan penyampaian argumentasi secara lisan (Effendy, 2017).

Kemampuan berbicara di depan umum juga memiliki relevansi dengan kesiapan mahasiswa memasuki dunia profesional. Mahasiswa yang mampu menyampaikan gagasan secara terstruktur dan persuasif memiliki peluang lebih besar untuk berpartisipasi secara aktif dalam lingkungan akademik maupun organisasi. Dalam konteks public speaking, Lucas (2019) menempatkan persiapan, pengorganisasian materi, penyampaian pesan, penggunaan bahasa verbal dan nonverbal, serta keterlibatan dengan audiens sebagai bagian penting dalam menghasilkan komunikasi publik yang efektif. Oleh karena itu, kemampuan komunikasi publik perlu dikembangkan melalui pengalaman komunikasi yang berkelanjutan, baik melalui pembelajaran di kelas maupun aktivitas akademik lainnya.

Namun, kemampuan untuk berbicara di depan umum tidak dimiliki oleh semua mahasiswa dalam tingkat yang sama. Salah satu hambatan yang sering muncul adalah kecemasan ketika individu harus berkomunikasi di hadapan orang lain. Kondisi tersebut dalam kajian komunikasi dikenal sebagai communication apprehension, yaitu kecemasan atau rasa takut yang berkaitan dengan proses komunikasi. McCroskey (1977) menjelaskan bahwa communication apprehension dapat muncul dalam berbagai situasi komunikasi dan dapat memengaruhi kecenderungan individu ketika harus berkomunikasi dengan orang lain. Dalam konteks berbicara di depan umum, kecemasan dapat muncul dalam bentuk

kekhawatiran terhadap penilaian audiens, ketakutan melakukan kesalahan, kesulitan mengorganisasi pikiran, maupun kecenderungan untuk menghindari situasi komunikasi.

Kecemasan berbicara di depan umum tidak hanya merupakan pengalaman psikologis yang dirasakan secara internal, tetapi juga dapat terlihat melalui perilaku dan performa komunikasi seseorang. Gallego et al. (2022), melalui penelitian terhadap mahasiswa, menunjukkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum yang dilaporkan individu berkaitan dengan durasi berbicara dan kualitas performa pidato. Mahasiswa dengan kecemasan yang lebih tinggi cenderung menunjukkan durasi berbicara yang lebih pendek, yang dapat mengindikasikan munculnya perilaku penghindaran dalam situasi berbicara di depan umum. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang dilaporkan individu dapat memprediksi kualitas performa berbicara yang dinilai oleh individu maupun pengamat.

Permasalahan kecemasan berbicara juga ditemukan dalam lingkungan pendidikan tinggi. Grieve et al. (2021) menunjukkan bahwa presentasi lisan dan public speaking merupakan bagian penting dari pengalaman mahasiswa di perguruan tinggi, tetapi sebagian mahasiswa mengalami ketakutan ketika harus melakukan presentasi maupun berbicara di depan kelompok. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tuntutan akademik untuk melakukan komunikasi lisan dapat menjadi situasi yang menimbulkan kecemasan bagi sebagian mahasiswa. Penelitian tersebut juga memperlihatkan pentingnya strategi yang digunakan mahasiswa untuk menghadapi ketakutan berbicara di depan umum.

Persoalan tersebut menjadi semakin relevan ketika mahasiswa dihadapkan pada tuntutan presentasi dan komunikasi akademik secara berulang. Kecemasan yang tidak dikelola dengan baik dapat menyebabkan mahasiswa menjadi kurang optimal dalam menyampaikan pesan. Rasa takut terhadap kesalahan dan penilaian audiens dapat mengganggu konsentrasi, mengurangi spontanitas, serta menyebabkan mahasiswa lebih berfokus pada kecemasan yang dialaminya dibandingkan pada pesan yang ingin disampaikan. Dalam perspektif McCroskey (1984), kecemasan komunikasi perlu dipahami sebagai kondisi yang dapat berkaitan dengan aspek kognitif, afektif, fisiologis, dan perilaku. Dengan demikian, kecemasan dalam komunikasi bukan hanya persoalan keberanian untuk berbicara, tetapi merupakan kondisi yang dapat memengaruhi keseluruhan proses komunikasi.

Fenomena kecemasan dalam presentasi akademik juga masih menjadi persoalan yang relevan pada konteks mahasiswa saat ini. Ahmed (2025), misalnya, melalui studi kasus terhadap mahasiswa perguruan tinggi di Bangladesh, mengkaji hubungan antara pemicu kecemasan dan gangguan berbicara dalam kegiatan presentasi di kelas. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa situasi presentasi dapat menjadi konteks yang memunculkan kecemasan dan membutuhkan strategi penanganan tertentu dari mahasiswa. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa kecemasan dalam presentasi bukan sekadar persoalan individual, tetapi juga berkaitan dengan situasi akademik yang menuntut mahasiswa untuk mampu menyampaikan gagasan secara lisan.

Di sisi lain, kemampuan komunikasi publik tidak hanya ditentukan oleh rendah atau tingginya kecemasan. Faktor lain seperti pengalaman berbicara, penguasaan materi, intensitas latihan, kemampuan mengorganisasi gagasan, dan kepercayaan diri juga dapat berperan dalam menentukan kualitas komunikasi mahasiswa. Lucas (2019) menekankan pentingnya persiapan dalam public speaking karena pembicara yang memiliki persiapan memadai akan lebih mudah mengembangkan gagasan, mengorganisasi materi, dan menyesuaikan penyampaian dengan audiens. Oleh sebab itu, kecemasan berbicara perlu ditempatkan sebagai salah satu faktor yang berpotensi memengaruhi kemampuan komunikasi publik, bukan sebagai satu-satunya faktor yang menentukan keberhasilan komunikasi.

Fenomena tersebut juga ditemukan pada mahasiswa Institut Agama Islam Al-Zaytun Indonesia (IAI AL-AZIS), khususnya mahasiswa Angkatan 10. Berdasarkan pengamatan awal yang dilakukan dalam lingkungan akademik, masih terdapat mahasiswa yang menunjukkan gejala kecemasan ketika melakukan presentasi, menyampaikan pendapat dalam diskusi kelas, maupun mengikuti kegiatan akademik yang membutuhkan kemampuan berbicara di depan umum. Beberapa mahasiswa terlihat kurang percaya diri ketika menyampaikan gagasan, mengalami kesulitan dalam mengorganisasi penyampaian pesan, serta menunjukkan kekhawatiran ketika harus berhadapan dengan audiens. Kondisi tersebut dapat menyebabkan pesan yang sebenarnya telah dipahami mahasiswa tidak tersampaikan secara optimal.

Konteks tersebut penting dikaji karena mahasiswa IAI AL-AZIS, khususnya pada lingkungan Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam, memiliki tuntutan akademik yang berkaitan erat dengan kemampuan komunikasi. Mahasiswa tidak hanya dipersiapkan untuk memahami konsep komunikasi dan penyiaran Islam, tetapi juga dituntut mampu menyampaikan pesan kepada masyarakat melalui berbagai bentuk komunikasi. Kemampuan berbicara di depan umum menjadi salah satu keterampilan yang relevan dengan aktivitas akademik maupun profesional mahasiswa. Oleh karena itu, persoalan kecemasan berbicara di depan umum menjadi penting untuk dikaji dalam konteks mahasiswa IAI AL-AZIS.

Sejumlah penelitian terdahulu telah membahas kecemasan berbicara di depan umum dari berbagai perspektif. McCroskey (1977, 1984) memberikan landasan konseptual mengenai communication apprehension sebagai kecemasan yang berkaitan dengan situasi komunikasi. Grieve et al. (2021) mengkaji ketakutan mahasiswa terhadap presentasi lisan dan public speaking dalam konteks pendidikan tinggi, sedangkan Gallego et al. (2022) menguji keterkaitan kecemasan public speaking dengan perilaku dan kualitas performa berbicara. Sementara itu, Ahmed (2025) mengkaji pemicu kecemasan dan strategi penanganannya dalam konteks presentasi mahasiswa. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecemasan berbicara merupakan persoalan yang relevan dalam lingkungan pendidikan tinggi, tetapi masing-masing penelitian memiliki fokus, konteks, dan pendekatan yang berbeda.

Meskipun penelitian mengenai kecemasan berbicara di depan umum telah dilakukan, masih terdapat ruang untuk mengkaji persoalan tersebut dalam konteks mahasiswa IAI AL-AZIS. Berdasarkan penelusuran penelitian terdahulu yang digunakan dalam penelitian ini, kajian yang secara khusus menguji besarnya pengaruh kecemasan berbicara di depan umum terhadap kemampuan komunikasi publik mahasiswa IAI AL-AZIS Angkatan 10 masih terbatas. Selain itu, penelitian ini tidak hanya melihat kecemasan sebagai fenomena psikologis, tetapi mengujinya secara kuantitatif sebagai variabel independen terhadap kemampuan komunikasi publik sebagai variabel dependen. Dengan demikian, penelitian ini diarahkan untuk memberikan bukti empiris mengenai seberapa besar kecemasan berbicara di depan umum berkontribusi terhadap kemampuan komunikasi publik mahasiswa.

Kebaruan penelitian ini terletak pada konteks subjek, hubungan antarvariabel, dan pengukuran besarnya kontribusi kecemasan berbicara terhadap kemampuan komunikasi publik pada mahasiswa IAI AL-AZIS Angkatan 10. Penelitian ini menggunakan teori Communication Apprehension dari McCroskey sebagai landasan untuk menjelaskan kecemasan berbicara di depan umum dan konsep Public Speaking dari Lucas untuk menjelaskan kemampuan komunikasi publik. Penggunaan kedua perspektif tersebut memungkinkan penelitian tidak hanya menggambarkan keberadaan kecemasan berbicara, tetapi juga menguji secara empiris hubungan pengaruhnya terhadap kemampuan mahasiswa dalam melakukan komunikasi publik.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kecemasan berbicara di depan umum terhadap kemampuan komunikasi publik mahasiswa IAI AL-AZIS Angkatan 10 serta mengetahui besarnya kontribusi pengaruh tersebut. Secara akademik, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian komunikasi mengenai communication apprehension dan public speaking dalam konteks pendidikan tinggi. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi masukan bagi perguruan tinggi dalam merancang strategi pembelajaran dan kegiatan akademik yang dapat membantu mahasiswa mengelola kecemasan, meningkatkan kepercayaan diri, serta memperkuat kemampuan komunikasi publik.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional untuk menganalisis pengaruh kecemasan berbicara di depan umum terhadap kemampuan komunikasi publik mahasiswa. Pendekatan kuantitatif digunakan karena penelitian ini mengukur variabel penelitian dalam bentuk data numerik dan menganalisis hubungan serta pengaruh antarvariabel melalui prosedur statistik (Sugiyono, 2022). Penelitian dilaksanakan di Institut Agama Islam Al-Zaytun Indonesia (IAI AL-AZIS) dengan objek penelitian mahasiswa Angkatan 10.

Populasi penelitian berjumlah 204 mahasiswa yang berasal dari enam program studi. Penentuan jumlah sampel dilakukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan sebesar 10%, sehingga diperoleh sebanyak 68 responden. Penggunaan tingkat kesalahan 10%

disesuaikan dengan karakteristik penelitian dan keterbatasan jangkauan pengumpulan data. Sampel kemudian dipilih secara proporsional berdasarkan jumlah mahasiswa pada masing-masing program studi sehingga setiap program studi dalam populasi memperoleh keterwakilan responden sesuai proporsi jumlah mahasiswa. Teknik penentuan sampel dan penggunaan rumus Slovin mengacu pada prinsip pengambilan sampel dalam penelitian kuantitatif (Sugiyono, 2022).

Data penelitian dikumpulkan menggunakan kuesioner dengan skala Likert lima poin yang disebarkan melalui Google Form. Penggunaan kuesioner dipilih karena memungkinkan peneliti memperoleh data secara terstruktur mengenai persepsi dan pengalaman responden berkaitan dengan kecemasan berbicara di depan umum dan kemampuan komunikasi publik. Skala pengukuran menggunakan lima alternatif jawaban yang menunjukkan tingkat persetujuan responden terhadap setiap pernyataan yang diberikan.

Instrumen penelitian terdiri atas dua variabel, yaitu kecemasan berbicara di depan umum sebagai variabel independen (X) dan kemampuan komunikasi publik sebagai variabel dependen (Y). Variabel kecemasan berbicara di depan umum disusun berdasarkan teori Communication Apprehension yang dikembangkan oleh McCroskey, meliputi aspek fisiologis, kognitif, afektif, dan perilaku. Landasan konseptual tersebut digunakan untuk mengidentifikasi berbagai bentuk kecemasan yang dialami mahasiswa ketika berada dalam situasi komunikasi, khususnya ketika harus berbicara di depan umum (McCroskey, 1977; McCroskey, 1984).

Sementara itu, variabel kemampuan komunikasi publik disusun berdasarkan konsep Public Speaking dari Lucas yang mencakup penguasaan materi, kejelasan penyampaian pesan, penggunaan bahasa yang efektif, kepercayaan diri, komunikasi nonverbal, dan interaksi dengan audiens. Aspek-aspek tersebut digunakan sebagai dasar dalam menyusun pernyataan instrumen untuk mengukur kemampuan responden dalam menyampaikan pesan secara efektif di hadapan publik (Lucas, 2019).

Sebelum digunakan sebagai alat pengumpulan data, instrumen penelitian terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi Product Moment Pearson untuk mengetahui kemampuan setiap butir pernyataan dalam mengukur konstruk yang diteliti. Sementara itu, uji reliabilitas dilakukan menggunakan koefisien Cronbach's Alpha untuk mengetahui konsistensi internal instrumen. Pengujian instrumen dilakukan menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS, dan item pernyataan dinyatakan layak digunakan apabila memenuhi kriteria pengujian validitas dan reliabilitas yang ditetapkan dalam analisis statistik (Ghozali, 2018). Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan memenuhi kriteria valid dan reliabel sehingga layak digunakan dalam penelitian.

Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak IBM SPSS Statistics versi 25. Tahapan analisis meliputi analisis deskriptif, uji normalitas, dan uji regresi linear sederhana. Analisis deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran mengenai karakteristik dan distribusi data masing-masing variabel penelitian. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data memenuhi asumsi distribusi normal sebelum dilakukan analisis

regresi. Selanjutnya, regresi linear sederhana digunakan untuk menguji pengaruh satu variabel independen, yaitu kecemasan berbicara di depan umum (X), terhadap satu variabel dependen, yaitu kemampuan komunikasi publik (Y). Analisis regresi juga digunakan untuk mengetahui arah dan besarnya perubahan variabel dependen berdasarkan variabel independen (Ghozali, 2018).

Pengujian hipotesis dilakukan pada taraf signifikansi 5% (α = 0,05). Hipotesis dinyatakan diterima apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, yang menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara kecemasan berbicara di depan umum terhadap kemampuan komunikasi publik. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka tidak terdapat pengaruh yang signifikan. Besarnya kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen dianalisis melalui koefisien determinasi (R^2). Nilai R^2 digunakan untuk menunjukkan proporsi variasi kemampuan komunikasi publik yang dapat dijelaskan oleh kecemasan berbicara di depan umum, sedangkan sisanya dijelaskan oleh faktor lain di luar model penelitian (Ghozali, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengaruh Kecemasan Berbicara di Depan Umum terhadap Kemampuan Komunikasi Publik

Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kemampuan komunikasi publik mahasiswa IAI AL-AZIS Angkatan 10. Berdasarkan hasil uji regresi diperoleh nilai koefisien regresi sebesar **-0,551** dengan nilai signifikansi **0,000 (<0,05)**. Temuan tersebut menunjukkan bahwa hipotesis alternatif (H_1) diterima, sedangkan hipotesis nol (H_0) ditolak. Dengan demikian, kecemasan berbicara di depan umum terbukti memiliki pengaruh nyata terhadap kemampuan komunikasi publik mahasiswa.

Tabel 1. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Variabel	B	t	Sig.
Konstanta	0,840	22,888	0,000
Kecemasan Berbicara di Depan Umum	-0,551	-7,878	0,000

Sumber: Data diolah menggunakan SPSS.

Nilai koefisien regresi sebesar -0,551 menunjukkan bahwa pengaruh kecemasan berbicara di depan umum terhadap kemampuan komunikasi publik memiliki arah negatif. Secara statistik, setiap peningkatan satu satuan skor kecemasan berbicara di depan umum diprediksi diikuti oleh penurunan skor kemampuan komunikasi publik sebesar 0,551 satuan. Dengan demikian, semakin tinggi kecemasan yang dialami mahasiswa ketika berbicara di depan umum, semakin rendah kecenderungan kemampuan komunikasi publik yang ditampilkan. Sebaliknya, mahasiswa dengan tingkat kecemasan yang lebih rendah cenderung memiliki kemampuan komunikasi publik yang lebih baik. Nilai signifikansi sebesar 0,000, yang lebih kecil dari 0,05, menunjukkan bahwa pengaruh tersebut signifikan secara statistik. Berdasarkan hasil tersebut, H_1 diterima dan H_0 ditolak.

Hasil tersebut dapat dijelaskan melalui perspektif Communication Apprehension McCroskey. Kecemasan komunikasi tidak hanya berkaitan dengan rasa takut secara psikologis, tetapi dapat berhubungan dengan respons kognitif, afektif, fisiologis, dan perilaku individu ketika menghadapi situasi komunikasi. Dalam situasi public speaking, mahasiswa yang mengalami kecemasan tinggi dapat lebih banyak memusatkan perhatian pada kemungkinan melakukan kesalahan atau memperoleh penilaian negatif dari audiens dibandingkan pada pesan yang hendak disampaikan. Kondisi tersebut dapat menghambat proses pengorganisasian gagasan dan mengurangi keyakinan individu terhadap kemampuan komunikasinya (McCroskey, 1977; McCroskey, 1984).

Temuan penelitian ini juga memiliki kesesuaian dengan penelitian Hussin dan Makmur (2021) yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara oral communication apprehension dan self-perceived communication competence pada mahasiswa. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa dengan kecemasan komunikasi memiliki keterkaitan dengan persepsi terhadap kompetensi komunikasinya. Kesamaan tersebut memperkuat temuan penelitian ini bahwa kecemasan komunikasi merupakan aspek yang perlu diperhatikan dalam pengembangan kompetensi komunikasi mahasiswa.

Temuan ini juga dapat dibandingkan dengan penelitian Grieve et al. (2021) yang menunjukkan bahwa ketakutan terhadap presentasi lisan dan public speaking merupakan persoalan yang dialami sebagian mahasiswa di pendidikan tinggi. Penelitian tersebut mengidentifikasi antara lain ketakutan terhadap penilaian orang lain, gejala fisik, ketidakpastian terhadap materi, serta kebutuhan akan praktik dan dukungan sebagai bagian dari pengalaman mahasiswa yang mengalami ketakutan berbicara di depan umum.

Dari perspektif kemampuan komunikasi publik, hasil penelitian ini sejalan dengan konsep The Art of Public Speaking dari Lucas (2019). Kemampuan public speaking membutuhkan persiapan materi, pengorganisasian gagasan, penyampaian pesan secara jelas, penggunaan bahasa verbal dan nonverbal, serta kemampuan membangun hubungan dengan audiens. Ketika mahasiswa mengalami kecemasan yang tinggi, proses tersebut berpotensi menjadi kurang optimal karena perhatian mahasiswa terbagi antara mengelola pesan dan mengendalikan kecemasan yang dirasakan.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa persoalan komunikasi publik mahasiswa tidak cukup dipahami hanya dari aspek kemampuan teknis berbicara. Aspek psikologis berupa kecemasan juga perlu menjadi perhatian dalam proses pembelajaran komunikasi. Mahasiswa yang memiliki penguasaan materi yang baik belum tentu mampu menyampaikannya secara optimal apabila mengalami kecemasan yang tinggi ketika berhadapan dengan audiens. Oleh karena itu, pembelajaran public speaking perlu memberikan ruang bagi mahasiswa untuk memperoleh pengalaman berbicara secara bertahap, mendapatkan umpan balik, dan membangun kepercayaan diri.

Besarnya Pengaruh Kecemasan Berbicara di Depan Umum terhadap Kemampuan Komunikasi Publik

Besarnya pengaruh kecemasan berbicara di depan umum terhadap kemampuan komunikasi publik dianalisis menggunakan koefisien determinasi (R Square). Hasil analisis menunjukkan nilai R Square sebesar 0,485, yang berarti bahwa sebesar 48,5% variasi kemampuan komunikasi publik mahasiswa dapat dijelaskan oleh kecemasan berbicara di depan umum dalam model penelitian ini. Sementara itu, sebesar **51,5% variasi kemampuan komunikasi publik lainnya tidak dijelaskan oleh variabel kecemasan berbicara di depan umum dan berkaitan dengan faktor-faktor lain di luar model penelitian.

Tabel 2. Koefisien Determinasi

R	R Square	Adjusted R Square
0,696	0,485	0,477

Sumber: Data diolah menggunakan SPSS.

Nilai R Square sebesar 0,485 menunjukkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum memiliki kontribusi yang cukup besar dalam menjelaskan variasi kemampuan komunikasi publik mahasiswa. Temuan ini menunjukkan bahwa kecemasan tidak hanya dapat dipandang sebagai kondisi psikologis yang muncul ketika mahasiswa berada dalam situasi berbicara di depan umum, tetapi juga berkaitan dengan bagaimana mahasiswa menampilkan kemampuan komunikasinya. Beatty dan Behnke (1991) menunjukkan bahwa kecemasan dalam public speaking, baik yang bersifat menetap (trait anxiety) maupun yang muncul karena situasi tertentu (situational anxiety), berkaitan dengan performa ketika melakukan komunikasi di depan umum. Dengan demikian, kondisi kecemasan dapat menjadi salah satu aspek yang perlu diperhatikan dalam memahami kualitas performa komunikasi mahasiswa.

Temuan tersebut juga dapat dijelaskan melalui perspektif Communication Apprehension. Richmond dan McCroskey (1998) menjelaskan bahwa kecemasan komunikasi memiliki keterkaitan dengan kecenderungan individu untuk menghindari situasi komunikasi dan dengan efektivitas komunikasi yang ditampilkan. Ketika individu memiliki kecemasan yang tinggi, situasi komunikasi dapat dipersepsikan sebagai kondisi yang menimbulkan tekanan sehingga individu cenderung mengalami hambatan dalam menampilkan kemampuan komunikasinya. Dalam konteks mahasiswa, kondisi tersebut dapat terlihat ketika mahasiswa harus melakukan presentasi, menyampaikan pendapat dalam diskusi, atau berkomunikasi dengan audiens dalam situasi akademik.

Besarnya kontribusi sebesar 48,5% juga menunjukkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum merupakan salah satu faktor penting, tetapi bukan satu-satunya faktor yang menentukan kemampuan komunikasi publik mahasiswa. Sebesar 51,5% variasi kemampuan komunikasi publik tidak dijelaskan oleh variabel kecemasan dalam model penelitian ini. Hal tersebut menunjukkan bahwa kemampuan komunikasi publik merupakan kemampuan yang

kompleks dan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, baik yang berasal dari karakteristik individu maupun pengalaman komunikasinya.

Salah satu faktor yang relevan adalah self-efficacy atau keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya. Al Qorni (2023) secara khusus mengkaji hubungan antara self-efficacy dan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Komunikasi dan Penyiaran Islam. Kajian tersebut relevan dengan hasil penelitian ini karena menunjukkan pentingnya melihat kecemasan berbicara tidak secara terpisah dari keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya. Mahasiswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan komunikasi yang dimilikinya dapat memiliki kesiapan yang berbeda ketika menghadapi situasi public speaking dibandingkan mahasiswa yang meragukan kemampuan dirinya.

Selain self-efficacy, kepercayaan diri juga menjadi aspek yang relevan dalam komunikasi publik. Alawiyah et al. (2022) membahas upaya meningkatkan kepercayaan diri dalam kaitannya dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. Dalam konteks penelitian ini, kepercayaan diri dapat dipahami sebagai salah satu aspek yang berpotensi berkaitan dengan kemampuan mahasiswa dalam menghadapi situasi komunikasi. Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri lebih baik dapat lebih siap menyampaikan gagasan, sedangkan kecemasan yang tinggi dapat membuat mahasiswa lebih berhati-hati, ragu, atau kurang leluasa dalam menyampaikan pesan.

Faktor lain yang perlu diperhatikan adalah pengalaman dan lingkungan pembelajaran. Chen dan Hwang (2022) menunjukkan bahwa pengalaman dalam konteks pembelajaran yang autentik berkaitan dengan performa berbicara, kecemasan, dan motivasi peserta didik. Temuan tersebut memberikan gambaran bahwa pengalaman komunikasi tidak hanya berkaitan dengan hasil kemampuan berbicara, tetapi juga dapat berkaitan dengan kondisi emosional individu ketika melakukan aktivitas komunikasi. Dalam konteks mahasiswa IAI AL-AZIS, pengalaman melakukan presentasi, diskusi, seminar, dan kegiatan komunikasi akademik lainnya dapat menjadi bagian dari proses pembentukan kemampuan komunikasi publik.

Pengalaman tersebut menjadi penting karena kemampuan komunikasi publik tidak terbentuk hanya melalui pemahaman teoritis. Mahasiswa membutuhkan kesempatan untuk mempraktikkan bagaimana menyusun gagasan, membuka dan mengembangkan pembicaraan, menggunakan bahasa verbal dan nonverbal, mempertahankan perhatian audiens, serta merespons pertanyaan atau tanggapan. DeVito (2013) memandang komunikasi sebagai proses interaksi yang melibatkan pertukaran pesan antara individu, sehingga kemampuan komunikasi tidak hanya berkaitan dengan kemampuan menyampaikan pesan, tetapi juga kemampuan memahami dan merespons pihak lain. Dalam konteks komunikasi publik, kemampuan tersebut menjadi bagian dari proses membangun interaksi dengan audiens.

Aspek pembelajaran juga perlu diperhatikan karena mahasiswa memperoleh banyak pengalaman komunikasi melalui lingkungan pendidikan. Arifin (2020) menempatkan komunikasi sebagai bagian penting dalam proses pendidikan, termasuk dalam interaksi antara pendidik dan peserta didik. Lingkungan pembelajaran yang memberikan kesempatan

kepada mahasiswa untuk aktif berkomunikasi dapat menjadi ruang bagi mahasiswa untuk mengembangkan kemampuan menyampaikan gagasan dan membangun kepercayaan diri. Oleh karena itu, hasil penelitian mengenai kontribusi kecemasan sebesar 48,5% dapat menjadi dasar untuk melihat pentingnya menciptakan pengalaman pembelajaran yang mendukung perkembangan kemampuan komunikasi publik mahasiswa.

Temuan penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Hussin dan Makmur (2021) yang membahas oral communication apprehension dan self-perceived communication competence pada mahasiswa. Keterkaitan antara kecemasan komunikasi dan persepsi terhadap kompetensi komunikasi menunjukkan bahwa kemampuan komunikasi mahasiswa perlu dilihat bersama dengan kondisi psikologis yang menyertai proses komunikasi. Dengan demikian, hasil penelitian pada mahasiswa IAI AL-AZIS Angkatan 10 memberikan penguatan bahwa kecemasan berbicara di depan umum merupakan aspek yang relevan dalam memahami kemampuan komunikasi publik mahasiswa.

Dari sisi strategi pengembangan kemampuan, kecemasan berbicara di depan umum juga perlu ditangani melalui pendekatan yang tidak hanya berorientasi pada keterampilan teknis. Hamama (2023) membahas upaya mengurangi kecemasan berbicara di depan publik dari sisi psikologis dan praktis, sedangkan Maulidina dan Abu Khaer (2021) membahas pendekatan psikologi komunikasi dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan publik pada mahasiswa Komunikasi dan Penyiaran Islam. Kedua kajian tersebut memberikan dasar bahwa pengembangan kemampuan public speaking dapat dilakukan dengan memperhatikan aspek psikologis sekaligus memberikan latihan praktis kepada mahasiswa.

Hamandia (2022) juga menempatkan kecemasan dalam berbicara di depan umum sebagai persoalan yang perlu dipahami secara konseptual. Hal ini memperkuat pemahaman bahwa kecemasan dalam public speaking tidak cukup dipandang sebagai rasa gugup sesaat, tetapi perlu dipahami sebagai kondisi yang dapat berhubungan dengan proses komunikasi dan performa individu. Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan dukungan empiris bahwa tingkat kecemasan memiliki keterkaitan yang berarti dengan variasi kemampuan komunikasi publik mahasiswa.

Secara keseluruhan, nilai R Square sebesar 0,485 menunjukkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum merupakan salah satu faktor yang memiliki kontribusi cukup besar terhadap variasi kemampuan komunikasi publik mahasiswa IAI AL-AZIS Angkatan 10. Namun, nilai 51,5% yang berada di luar model menunjukkan bahwa pengembangan kemampuan komunikasi publik membutuhkan pendekatan yang lebih komprehensif. Faktor seperti self-efficacy, kepercayaan diri, pengalaman komunikasi, latihan, lingkungan pembelajaran, dan kemampuan interpersonal dapat menjadi aspek yang perlu diperhatikan dalam penelitian maupun pengembangan program pembelajaran berikutnya.

Berdasarkan temuan tersebut, perguruan tinggi dapat memberikan ruang yang lebih luas bagi mahasiswa untuk memperoleh pengalaman komunikasi secara bertahap dan berkelanjutan. Kegiatan seperti presentasi kelas, diskusi ilmiah, simulasi public speaking, praktik penyampaian materi, dan pemberian umpan balik dapat digunakan sebagai bagian dari proses pembelajaran. Strategi tersebut tidak hanya membantu mahasiswa meningkatkan

keterampilan teknis komunikasi, tetapi juga memberikan kesempatan untuk membangun kepercayaan diri dan mengelola kecemasan ketika berhadapan dengan audiens. Dengan demikian, peningkatan kemampuan komunikasi publik mahasiswa perlu dilakukan melalui perpaduan antara penguasaan materi, latihan komunikasi, penguatan aspek psikologis, dan pengalaman komunikasi yang berkelanjutan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kemampuan komunikasi publik mahasiswa IAI AL-AZIS Angkatan 10. Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa, semakin rendah kemampuan mereka dalam melakukan komunikasi publik secara efektif. Nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,485 menunjukkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum memberikan kontribusi sebesar 48,5% terhadap kemampuan komunikasi publik, sedangkan 51,5% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Temuan ini memperkuat teori *Communication Apprehension* dari McCroskey dan konsep *The Art of Public Speaking* dari Lucas yang menjelaskan bahwa pengelolaan kecemasan merupakan faktor penting dalam meningkatkan kualitas komunikasi publik mahasiswa. Oleh karena itu, pengembangan kemampuan komunikasi publik di perguruan tinggi perlu diimbangi dengan strategi pembelajaran yang mampu membantu mahasiswa mengelola kecemasan, meningkatkan kepercayaan diri, serta memperbanyak pengalaman praktik berbicara di depan umum.

DAFTAR RUJUKAN

Ahmed, M. K. (2025). *Investigating coping strategies for anxiety and speech disorders in classroom presentations: A case study on Bangladeshi tertiary students*. *Acta Psychologica, 261*, 105832. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105832

Al Qorni, F. R. (2023). *Hubungan antara self-efficacy dan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Komunikasi dan Penyiaran Islam*. Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam.

Alawiyah, D., Nurasmi, N., Asmila, N., & Fatasyah, R. (2022). *Upaya meningkatkan kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa*. Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam.

Arifin, Z. (2020). *Komunikasi pendidikan*. Alfabeta.

Beatty, M. J., & Behnke, R. R. (1991). The effects of public speaking trait anxiety and situational anxiety on performance. *Communication Education, 40*(1), 45–49.

Chen, M.-R. A., & Hwang, G.-J. (2022). Effects of experiencing authentic contexts on English speaking performances, anxiety, and motivation of EFL students with different cognitive styles. *Interactive Learning Environments, 30*(9), 1619–1639. https://doi.org/10.1080/10494820.2020.1823856

DeVito, J. A. (2013). *The interpersonal communication book* (13th ed.). Pearson.

Effendy, O. U. (2017). *Ilmu komunikasi: Teori dan praktek*. Remaja Rosdakarya.

Gallego, A., McHugh, L., Penttonen, M., & Lappalainen, R. (2022). Measuring public speaking anxiety: Self-report, behavioral, and physiological. *Behavior Modification, 46*(4), 782–798. https://doi.org/10.1177/01454455211036720

Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25* (9th ed.). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

Grieve, R., Woodley, J., Hunt, S. E., & McKay, A. (2021). Student fears of oral presentations and public speaking in higher education: A qualitative survey. *Journal of Further and Higher Education, 45*(9), 1281–1293. https://doi.org/10.1080/0309877X.2021.1948509

Hamama, S. (2023). *Upaya mengurangi kecemasan berbicara di depan publik dalam public speaking dari sisi psikologis dan praktis*. Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam.

Hamandia, M. R. (2022). *Analisis konseptual mengenai kecemasan dalam berbicara di depan umum*. Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam.

Hussin, S. H., & Makmur, A. N. (2021). Speaking in English: Oral communication apprehension and self-perceived communication competence among marketing undergraduates in Malaysia. *Human Behavior, Development and Society, 22*(3), 74–83.

Ledford, V. A., & Ashby-King, D. T. (2025). Effective instructor feedback does not always promote better public speaking outcomes: The importance of self-efficacy and feedback orientation(s) in the introductory course. *Communication Education, 74*(1), 52–83. https://doi.org/10.1080/03634523.2024.2430770

Lucas, S. E. (2019). *The art of public speaking* (13th ed.). McGraw-Hill Education.

Maulidina, A., & Abu Khaer. (2021). *Mengatasi kecemasan berbicara di depan publik: Pendekatan psikologi komunikasi bagi mahasiswa Komunikasi dan Penyiaran Islam*. Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam.

McCroskey, J. C. (1970). Measures of communication-bound anxiety. *Speech Monographs, 37*(4), 269–277.

McCroskey, J. C. (1977). Oral communication apprehension: A summary of recent theory and research. *Human Communication Research, 4*(1), 78–96.

McCroskey, J. C. (1984). *The communication apprehension perspective*. Sage Publications.

Mulyana, D. (2018). *Ilmu komunikasi: Suatu pengantar*. Remaja Rosdakarya.

Richmond, V. P., & McCroskey, J. C. (1998). *Communication: Apprehension, avoidance, and effectiveness* (5th ed.). Allyn & Bacon.

Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (2nd ed.). Alfabeta.