

Pengaruh Pelatihan Literasi Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum

Oleh
Nurlailah¹

elalilah1@gmail.com

Abstract

The main objective of the research is to find out the effect of the literacy toward anxiousness at public speaking. This research is conducted at MTs. Darul Faizin, Kec. Sampang, kab. Sampang at VIII grades student with 40 students, 20 students are as control group and the other 20 students are as experiment group. The variable that used is literacy as a independent variable and the anxiety in public speaking as dependent variable, while the method of the reseach is experiment only group post-test desigm. The Technique of the experiment use parametric technique with anxiety trial test in public speaking. This research concluded there is the significant difference between controlled group and experiment group before given literacy treatment. The result of the analysis of the data reseach shows $=-3,801$ sig=0,000 that means ($P<0,01$) so the hypothesis is accepted and proven.

Keywords: *The anxiety in public speaking, literacy.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Literasi Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum. Penelitian tersebut di laksanakan di MTs. Darul Faizin. Kec. Sampang, Kab.Sampang pada kelas VIII sebanyak 40 siswa. 20 siswa sebagai kelompok kontrol dan 20 siswa lainnya sebagai kelompok eksperimen. Variabel yang di gunakan adalah literasi sebagai variabel bebas dan kecemasan berbicara di depan umum sebagai variabel terikat, sedangkan metode penelitiannya adalah eksperimen Randomized Two-groups Design, Posttest Only. Hasil analisis menggunakan Mann Whitney U. Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen sebelum di berikan perlakuan literasi. Hasil analisis Mann Whitney U. Menunjukkan skor $Z = -3,801$ dengan sig=0,000 yang berarti ($p<0,01$) sehingga hipotesis di terima atau terbukti

Kata kunci : *kecemasan berbicara di depan umum, literasi*

¹Dosen STID RaudlatullmanSumenep

Pendahuluan

Setiap orang bisa berbicara, tetapi tidak setiap orang dapat berbicara baik dan komunikatif di depan umum. Berbicara adalah cara seseorang berkomunikasi dengan orang lain untuk menyampaikan sesuatu yang diinginkan. Komunikasi adalah cara manusia berinteraksi dengan manusia lain. Berkomunikasi dengan orang lain merupakan situasi yang hampir terjadi di seluruh proses kehidupan. memiliki kemampuan berkomunikasi yang efektif sangatlah diperlukan untuk menyampaikan ide, gagasan dan pengetahuan kepada masyarakat. Kenyataan yang terjadi selama ini berbeda, kemampuan berkomunikasi kurang dimiliki oleh banyak siswa, mereka masih takut bila mendapatkan kesempatan berkomunikasi tampil di depan umum. Salah satu skill yang harus dikuasai siswa adalah kemampuan berkomunikasi dengan orang lain. Rakhmat (2012) mengungkapkan bahwa tidak ada individu yang mampu hidup normal tanpa adanya proses komunikasi atau berbicara dengan orang lain.

Tugas presentasi ini adalah salah satu bentuk komunikasi yang menuntut siswa agar dapat melakukan komunikasi di depan umum dalam rangka mengeluarkan gagasan yang dimilikinya. Sehingga diharapkan siswa tidak hanya aktif sebagai pendengar tetapi juga mampu mengkomunikasikan pikirannya di depan kelas atau orang banyak. Hanya saja, tidak semua siswa mampu melakukan tugas presentasi di depan kelas, hal ini tentunya dapat menghambat proses belajar yang dilakukannya. siswa tersebut cenderung akan menghindari tugas presentasi tersebut. Seperti petikan wawancara singkat yang dilakukan dengan salah satu siswa berinisial A, dari kelas VII berikut ini: “Saya itu takut kalau presentasi di kelas diteriakin sama temen-temen, terus juga kalau apa yang saya presentasikan itu salah dan saya tidak bisa menjawab kalau ada yang tanya. Gara-gara itu saya jadi deg-degan samakin dingin”.²

Pada saat siswa mendapat kesempatan berbicara di depan umum kecenderungan yang terjadi pada siswa adalah merasa takut, gemetar, grogi (demam panggung), Keringat dingin keluar, tangan terasa basah, merasakan lemas pada lutut, mengeluarkan keringat yang berlebih, jantung berdebar dengan kencang, siswa berulang kali pergi ke toilet menjelang berbicara di depan umum dan siswa berjalan mondar-mandir tanpa alasan saat menjelang berbicara di depan umum. Siswa juga mengungkapkan sudah berlatih berulang kali, tetapi ketika membaca naskah gemetar dan suara menjadi tidak terkontrol, masih sering gugup karena tidak percaya diri. Bahkan terkadang lupa apa yang akan disampaikan saat berbicara di depan umum.

²Wawancara pribadi, 4 Oktober 2018

Siswa yang mengalami hal-hal yang disebutkan di atas merupakan tanda-tanda dari kecemasan. Rakhmat (2012) Ketakutan untuk melakukan komunikasi dikenal dengan *communication apprehension*. Individu yang apprehensif dalam komunikasi akan menarik diri dari pergaulan, berusaha sekecil mungkin untuk berkomunikasi, dan hanya akan berbicara apabila terdesak saja. Bila terpaksa berkomunikasi pembicaraannya cenderung tidak relevan.

Kecemasan merupakan perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai rasa-rasa mendatang tanpa tahu sebab khusus untuk ketakutan tersebut Chaplin³. Sementara Winarni (2013) mengatakan bahwa individu yang memiliki kecemasan dalam berkomunikasi pada umumnya memiliki ciri-ciri ketakutan sebelum dan selama aktifitas atau kegiatan berlangsung, Pembangkitan fisiologis, Pembangkitan reaksi subyektif pada diri individu, Tidak dapat mengendalikan perasaan, Ketakutan atau kecemasan dalam menyatukan sesuatu, Perasaan takut dinilai orang lain. Ciri-ciri tersebut akan nampak pada siswa yang mengalami kecemasan ketika melakukan presentasi.

Subjek juga mengaku bahwa kecemasan semacam ini selalu terjadi ketika dihadapkan pada tugas presentasi di depan umum. Menurut Jayabaya (dalam Riani dan Rozali, 2014) perilaku yang ditampilkan oleh siswa di atas menunjukkan adanya kecemasan yang disebabkan oleh timbulnya perasaan yang tidak menyenangkan. Subjek tersebut mengungkapkan sudah berlatih berulang kali, tetapi ketika membacakan naskah gemetar dan suara menjadi tidak terkontrol, masih sering gugup karena tidak percaya diri. Bahkan terkadang lupa apa yang akan disampaikan saat berbicara di depan umum.

Salah satu faktor kecemasan berbicara di depan umum ialah kurang adanya kemampuan dan pengalaman, faktor ini sangat penting dalam membentuk orang dalam berkomunikasi, oleh karena itu sudah seleyaknya berbicara di depan umum dilatih sejak dini. Kemampuan berbicara di depan umum merupakan modal utama yang harus dimiliki oleh siswa untuk mampu menuangkan ide dan pikiran secara lisan, termasuk pada saat mereka diminta untuk tampil di depan umum. Devito (dalam Wahyuni, 2015) mengungkapkan bahwa terdapat empat faktor yang menimbulkan kecemasan individu dalam berkomunikasi, yaitu kurangnya keahlian dan pengalaman dalam komunikasi, penilaian atau evaluasi dari proses komunikasi,

³Wahyuni, Sri Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi. *Jurnal.psiologi.fisip-unmul.ac.id*, Vol.2 No.1. 2014

individu merasakan kecemasan yang lebih besar ketika ia berbicara pada kelompok yang lebih besar dibandingkan kelompok yang lebih kecil, keberhasilan dan kegagalan sebelumnya saat berbicara di depan umum. Komponen kecemasan berbicara di depan umum, meliputi komponen fisik, komponen psikologi, komponen kognitif, dan komponen emosional, serta perilaku.

Rogers (2004) membagi aspek-aspek kecemasan berbicara di depan umum menjadi 3 yaitu: 1) Komponen fisik yang biasanya di rasakan jauh sebelum memulai pembicaraan. Gejala fisik tersebut dapat berbeda setiap orangnya. Beberapa contoh gejala fisik yang dimaksud adalah keluarnya keringat pada tubuh dan juga telapak tangan, kemudian detak jantung yang semakin cepat, ketegangan otot, serta gemetarnya tubuh terutama pada kaki, suara yang bergetar, kejang perut, sulit untuk bernafas dan hidung berlendir. 2) Komponen proses mental, misalnya : sering mengulang kata atau kalimat, hilangnya ingatan secara tiba-tiba sehingga sulit untuk mengingat fakta secara tepat dan melupakan hal-hal yang sangat penting. Selain itu juga tersumbatnya pikiran membuat pembicara tidak tau apa yang harus di ucapkan selanjutnya. 3) Komponen emosional, yang termasuk dalam komponen emosional adalah adanya rasa tidak mampu, rasa takut yang biasa muncul sebelum individu tampil dan rasa kebingungan kendali. Biasanya secara mendadak muncul rasa tidak berdaya seperti anak yang tidak mampu mengatasi masalah, munculnya rasa panik dan rasa malu setelah berakhirnya pembicaraan⁴.

Berdasarkan hasil penelitian Wahyuni (2015) di UIN Sunan Ampel Surabaya, menemukan bahwa tingginya keterampilan komunikasi tidak dapat mengurangi kecemasan berbicara di depan umum. Sedangkan hasil penelitian Muslimin (2013) dengan jurnal faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan berkomunikasi di depan umum pada Fakultas Dakwah INISNU Jepara⁵. Hasil penelitian tersebut bahwa faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan berkomunikasi di depan umum yaitu perasaan sedang dievaluasi, merasa orang lain memiliki kemampuan berkomunikasi yang lebih baik, dan kurangnya kemampuan dan pengalaman dalam berkomunikasi. Berbicara merupakan salah satu aspek keterampilan berbahasa yang bersifat produktif. Menurut Tarigan (1993) berbicara adalah kemampuan mengucapkan bunyi-bunyi artikulasi atau kata-kata untuk mengekspresikan, menyatakan serta menyampaikan pikiran,

⁴Rogers. N. (2004). *Berani Berbicara Di Depan Publik*. Edisi Revisi. Bandung: Nuansa

⁵Wahyuni, Endang (2015) Yang Berjudul “Hubungan Self-Efficacy Dan Keterampilan Komunikasi Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum”. *Jurnal Komunikasi Islam*, Vol.5 No.1.

gagasan dan perasaan. Kemampuan literasi seseorang dalam menyerap ilmu pengetahuan dapat meningkatkan percaya diri untuk berbicara didepan umum.

Inti literasi merupakan kegiatan membaca-berpikir-menulis. Berpikir perlu dieksplisitkan, dengan alasan agar berpikir lebih ditonjolkan sehingga dalam praktiknya benar-benar merupakan kegiatan yang mendapat perhatian tinggi, bukan sekedar kegiatan tempelan dalam membaca dan menulis. Selain itu, Education Development Center (EDC), (2006) menyatakan bahwa Literasi lebih dari sekedar kemampuan baca tulis. Namun lebih dari itu, Literasi adalah kemampuan individu untuk menggunakan segenap potensi dan skill yang dimiliki dalam hidupnya. Dengan pemahaman bahwa literasi mencakup kemampuan membaca kata dan membaca dunia. Sementara menurut UNESCO (2004) literasi merupakan kemampuan mengidentifikasi, memahami, menafsirkan, menciptakan, mengomunikasikan dan kemampuan berhitung melalui materi-materi tertulis dan variannya. Koiichiro Matsuura (Direktor-General UNESCO) menjelaskan lebih dalam bahwa literasi tidak hanya membaca dan menulis tetapi juga mencakup cara berkomunikasi dengan masyarakat, berkaitan dengan pengetahuan, bahasa dan budaya.

Kegiatan yang merupakan perluasan praktik berliterasi akan dibutuhkan hampir semua orang dalam abad ke-21, dalam masyarakat berbasis pengetahuan dan teknologi dalam pengertian yang seluas-luasnya. Praktik membaca-menulis dalam kaitan ini lebih mengarah kepada membaca-menulis untuk belajar. Kemampuan berbahasa, berpikir, dan penguasaan substansi materi perlu dipadukan. Kemampuan berpikir hakikatnya merupakan kemampuan mengolah substansi materi yang diperoleh melalui berbagai mata pelajaran (*content area*) yang hasilnya dapat diwujudkan melalui kegiatan berbahasa. Oleh karena itu, tanpa melalui proses berpikir yang kritis, kreatif, dan cermat

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Khotimah (2016) dengan judul hubungan kelekatan dan dukungan sosial orangtua dengan kemampuan literasi anak pada usia dini hasil penelitian ini ada korelasi yang signifikan secara bersama-sama antara kelekatan dan dukungan sosial orangtua dengan kemampuan literasi. Artinya bahwa kelekatan dan dukungan sosial berpengaruh terhadap kemampuan literasi usia TK. Literasi yang baik dapat berdampak anak mudah menyampaikan pesan, hal ini menunjukkan betapa pentingnya kemampuan literasi dalam berkomunikasi. Anak yang mempunyai kemampuan rendah dalam literasi akan berdampak sulit mengungkapkan ide-ide, informasi yang disampaikan kurang jelas, pesan sulit dimengerti oleh orang

lain. hal ini tentu saja akan membuat diri anak cemas, orang yang mendengarkan informasi itu akan kebingungan dan anak semakin cemas. Perlu dicari solusi untuk mengatasi kemampuan literasi anak. Di harapkan dengan literasi yg baik kecemasan pada anak akan turun. Berdasarkan uraian diatas peneliti menganggap penting kemampuan literasi pada anak.

Menurut Gee (dalam Asih 2016) menyatakan bahwa literasi adalah “ *mastery of, or fluent control over, a secondary discourse,*”⁶ Gee menjelaskan bahwa literasi merupakan keterampilan yang dimiliki seseorang dari kegiatan berpikir, berbicara, membaca dan menulis. Dengan demikian dapat di simpulkan bahwa literasi adalah kemampunyang sangat kompleks dan membutuhkan proses pembelajaran yang konprehensif dalam membina peserta didik agar memiliki kemampuan literasi yang mumpuni.

Penelitian ini menggunakan 6 cerita. Dalam penelitian ini, peneliti lebih memfokuskan pada 4 keterampilan: keterampilan membaca, menulis, berfikir, serta berbicara Gee (dalam Asih 2016). Pemberian literasi berupa buku cerita untuk menunjukkan adanya pengaruh literasi terhadap kecemasan berbicara di depan umum.

Metode

Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen dengan pendekatan Randomized Two-Groups Design, Possttest Only). Subjek penelitian ini adalah siswa MTs. Darul Faizin kecamatan Sampang kabupaten Sampang. Sampel penelitian adalah siswa kelas VIII yang berjumlah 40 orang, dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang masing-masing kelompok terdiri dari 20 siswa. Sampel kelompok ditentukan dengan tehnik Random. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis *Probability Sampling* yaitu teknik sampling yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggauta) populasi untuk dipilih menjadi anggauta sampel, Atau pengambilan sampel secara random atau acak⁷. Penelitian ini dilaksanakan ruang kelas MTs Darul Faizin. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kecemasan berbicara di depan umum yang dibuat oleh peneliti sendiri. Analisis data menggunakan Uji Mann Whitney U.

Berdasarkan indeks diskriminasi item dari Skala Kecemasan yang terdiri dari 141 item dengan sejumlah populasi sebanyak 40 siswa di peroleh hasil item yang

⁶Asih. (2016). *Strategi Pembelajaran Bahasa Indonesia*. Bandung: Pustaka Setia.

⁷Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

memiliki indeks $< 0,30$ di nyatakan gugur atau tidak valid, dalam penelitian skala kecemasan berbicara di depan umum dilakukan uji daya diskriminasi dilakukan pada 40 (N -40) hasilnya menunjukkan :

Pada putaran ke-1 dari 141 item 121 yang memenuhi syarat indeks daya diskriminasi dan 20 item gugur yaitu :16, 35, 36, 51, 59, 60, 61, 62, 71, 75, 80, 101,104, 105, 125, 127, 135, 137, 138, 139. Pada putaran ke-2 dari 121 item semuanya memenuhi syarat indeks daya diskriminasi, dengan demikian item yang valid tinggal 121 item,

Perhitungan koefisien reliabilitas dalam penelitian ini dengan menggunakan statistik konsistensi internal dengan rumus *Cronbach Alpha* dengan menggunakan bantuan SPSS versi 20, menghasilkan koefisien *Alpha Cronbach* $0,978 > 0,700$. Dengan demikian dinyatakan reliabel.

Desain Eksperimen

Desain penelitian adalah rencana atau strategi yang digunakan untuk menjawab masalah penelitian⁸. Desain eksperimen yang digunakan adalah desain eksperimen sederhana (Randomized Two-Groups Design, Possttest Only) dengan menggunakan teknik desensitisasi sistematis. Teknik ini merupakan terapi relaksasi yang digunakan untuk menurunkan kecemasan Teknik ini dikembangkan oleh wolpe⁹. Dalam desain eksperimen ini subjek dibagi menjadi dua kelompok dan tidak dilakukan pengukuran terlebih dahulu. kelompok A menjadi kelompok eksperimen dan kelompok B menjadi kelompok kontrol. Setelah waktu yang ditentukan dilakukan pengukuran terhadap kedua kelompok. Perbandingan hasil observasi kedua kelompok menunjukkan efek dari perlakuan (Latipun, 2015). Kelompok eksperimen akan dibandingkan dengan kelompok kontrol dengan tujuan untuk melihat pengaruh dari pemberian perlakuan literasi terhadap kecemasan berbicara pada subjek.

Tabel1.RancanganRandomized Two-Groups Design, Possttest Only

Kelompok	Perlakuan	Post-test
Eksperimen	Perlakuan literasi	Kecemasan
Kontrol	Non perlakuan	Kecemasan

Pelaksanaan Eksperimen

⁸Seniati, Liche. 2005. *Psikologi Eksperimen*. Jakarta: PT Indeks Kelompok Gramedia

⁹Corey, Gerald.(3013). *Teori Dan Praktekkonseling & Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama

Proses penelitian eksperimen yang dilakukan pertama mendaftarkan sebanyak 40 siswa yang berusia 12-15 tahun. Kemudian membaginya menjadi dua kelompok, yaitu kelompok A sebagai kelompok Kontrol, sedangkan kelompok B menjadi kelompok Eksperimen. Masing-masing kelompok terdiri dari 20 siswa kemudian trainer memberikan perlakuan literasi tentang cerita pada kelompok eksperimen. Tujuannya untuk mengetahui pengaruh pemberian literasi terhadap perilaku kecemasan berbicara di depan umum pada anak. Buku cerita diberikan pada kelompok eksperimen. Cerita yang diberikan sudah disiapkan dan sudah ditelaah terlebih dahulu. Cerita tersebut mencakup cerita moral

Trainer yang nantinya akan membantu peneliti dalam memberikan perlakuan adalah 1 orang pengajar bidang studi bahasa Indonesia. Pendidikan terakhir adalah sarjana. Sebelum trainer memberikan perlakuan pada subjek. Peneliti memberikan modul yang akan digunakan dalam pemberian perlakuan. Trainer memberikan cerita yang berbeda pada setiap pertemuan sebanyak 6 kali dan diberikan tiga kali dalam setiap minggu pada kelas eksperimen. Pada setiap akhir cerita, trainer bertanya pada siswa tentang isi yang terkandung dalam buku tersebut. Sebelum presentasi dimulai trainer memberikan pelatihan relaksasi untuk meregulasi emosi dan fisik individu dari kecemasan dan ketegangan. Kemudian siswa mempresentasikan di depan kelas. Tujuannya untuk mengetahui kemampuan siswa dalam menyerap isi cerita yang terkandung dalam cerita dan melatih kemampuan siswa dalam berbicara (bercerita) mengenai hal-hal yang terdapat dalam buku tersebut. Pada akhir minggu ke-2 trainer mengadakan post-test dengan menggunakan skala kecemasan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Mengumpulkan hasil rekaman dan form penghitung hasil post-test. Kemudian membandingkan hasil post-test antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen. Melakukan analisa untuk melihat ada tidaknya pengaruh pemberian literasi pada kelompok eksperimen.

Tabel 2. Rancangan Jadwal Kegiatan Pelatihan Literasi

No	Kegiatan	Waktu	Tanggal
1	Perijinan penelitian	09.00 – 10.00	5 Mei 2017
2	<i>Screening</i>	07.20 – 08.20	3 Juni 2017
3	Treatment	08.00 – 09.00	5 Juni 2017
4	Treatment	08.00 – 09.00	6 Juni 2017

5	Treatmen	08.00 – 09.00	7Juni 2017
6	Treatmen	08.00 – 09.00	12Juni 2017
7	Treatmen	08.00 – 09.00	13 Juni 2017
8	Treatmen	08.00 – 09.00	14Juni2017
9	<i>Posttest</i>	08.00 – 09.00	17Juni 2017

Analisis Data

Uji asumsi atau uji persaratan

Sebelum melakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan analisis data untuk uji persyaratan yaitu uji normalitas untuk menentukan uji parametrik atau non parametrik. Pengujian dilakukan menggunakan SPSS versi 20 for windows.

Uji Normalitas Sebaran

Kelompok	N	P
Eksperimen dan kontrol	40	0,200

Dasarkan pengujian normalitas variabel kecemasan pada subjek kelompok kontrol dan eksperimen dengan ketentuan $P > 0,05$, maka diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200 ($p > 0,05$) dengan demikian dapat dikatakan distribusi skor kecemasan berbicara di depan umum pada pelatihan literasi adalah normal.

Uji homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk menunjukkan bahwa perbedaan yang terjadi pada uji statistik parametrik benar-benar terjadi akibat adanya perbedaan antara kelompok, bukan sebab perbedaan dalam kelompok.

Kelompok	N	Levene,s statistic	sig
Kontrol dan eksperimen	40	4,468	0,041

Oleh karena probabilitas $> 0,05$ maka skor pada skala kecemasan berbicara di depan umum pada kelompok eksperimen dan kontrol diperoleh hasil levene,s statistic = 4,468 dan sig = 0,041 ($p < 0,05$) berarti tidak homogen. Maka yang semula

menggunakan uji t independent sampel diganti dengan statistik non parametrik yaitu mann whitney U- test

Analisis Data

Analisis data selanjutnya yaitu analisis data nilai pos- test yang digunakan untuk mengetahui kecemasan siswa kelas eksperimen dan kelas kontrol. Untuk menguji hipotesis desain eksperimen yang menggunakan "Randomized Two-groups design, Posttest Only" ini digunakan statistik parametrik dengan analisis uji t. Untuk melakukan uji asumsi analisis data dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 20.

Hasil Dan Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan di MTs. Darul Faizin, Jl. Pemuda Baru, Desa Rong Tengah, Kecamatan Sampang, Kabupaten Sampang Madura, Siswa kelas VIII, dengan jumlah subyek terdiri 20 siswa (kelompok eksperimen), dan 20 siswa (kelompok kontrol). Penelitian ini mencoba membuktikan apakah pemberian literasi dapat menurunkan kecemasan berbicara di depan umum. Literasi menjadi variable bebas atau variable independent dalam penelitian eksperimen ini. sedangkan yang menjadi variable terikat adalah kecemasan berbicara di depan umum.

Berdasarkan paparan diatas maka diperoleh hasil analisis dengan menggunakan uji mann whitney U diperoleh = -3,801 dengan sig = 0,000 ($p < 0,01$) berarti ada perbedaan sangat signifikan antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen. Ada pengaruh pelatihan literasi terhadap kecemasan berbicara di depan umum terbukti. Kelompok eksperimen yang memperoleh literasi kecemasan rata nya sebesar 273,800 dari rata-rata kecemasan kelompok kontrol yaitu 326,400. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah pemberian literasi.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa " adanya pengaruh pemberian literasi terhadap kecemasan berbicara di depan umum", sekaligus menjawab pertanyaan pada penelitian ini, apakah literasi dapat menurunkan kecemasan berbicara di depan umum. Dengan temuan ini berarti hipotesis penelitian yang berbunyi pemberian literasi berpengaruh terhadap kecemasan berbicara di depan umum " diterima atau terbukti.

Hasil Analisis Deskriptif

Hasil analisis berdasarkan pada hasil tes kecemasan berbicara di depan umum pada kelompok kontrol sebanyak 20 subjek dengan klasifikasi 13 siswa dalam kategori kecemasan ringan, 5 siswa dalam kategori tinggi, 2 siswa dalam kategori rendah. Hasil tersebut terlihat dalam tabel 4 di bawah ini:

Tabel 3. Persentase kecemasan kelompok kontrol

Kategori	Rumus	Interval	F	Persentase
Tinggi	(mean +1 SD) Keatas	349,666	5	25 %
Sedang	(mean+1SD) s/d (mean-1 SD)	349,666 s/d 302,134	13	65 %
Rendah	(mean-1SD) kebawah	302,134	2	10 %

Pada kelompok eksperimen subjek yang diteliti sebanyak 20 siswa dengan klasifikasi 13 siswa dalam kategori sedang, 4 siswa dalam kategori tinggi, 3 siswa dalam kategori rendah. Hasil tersebut dapat terlihat pada tabel 5.

Tabel 4. Persentase kelompok Eksperimen

Kategori	Rumus	Interval	F	Persentase
Tinggi	(mean+1SD)Keatas	321,009	4	20 %
Sedang	(mean+1SD) s/d (mean-SD)	321,009s/d 238,791	13	65 %
Rendah	(mean-1SD) Kebawah	238,791	3	15 %

Berdasarkan Hasil statistik deskriptif menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini yang berusia 12-15 sebanyak 26 (65%) sebagian besar memiliki tingkat kecemasan dalam kategori sedang.

Kesimpulan

Penelitian tentang pengaruh literasi terhadap kecemasan berbicara di depan umum adalah salah satu penelitian yang sangat penting dilakukan, karena penelitian ini memiliki tujuan untuk memberikan pemahaman kepada siswa dalam mengenal,

memahami berbagai materi melalui literasi, sehingga dapat meningkatkan kemampuan siswa saat berbicara di depan umum tanpa rasa takut dan cemas. Siswa mampu mengendalikan kecemasan dan mengekspresikan diri dengan cara yang terkontrol dan sikap positif. Apabila budaya literasi dilatih sejak dini dan dilaksanakan mulai dalam lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat dapat mendorong siswa untuk berpikir kritis, tepat dalam mengidentifikasi masalah dan mampu berkomunikasi dengan baik dan komunikatif tanpa rasa cemas dan takut. Subjek penelitian siswa MTs Darul Faiizin sebanyak 40 siswa. Desain penelitian ini adalah Randomized Two-Group Design, Posttest Only Masing-masing kelompok diberi post-test yang dirancang sama antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik parametrik dengan analisis uji t untuk sampel yang tidak berkorelasi. Dipilih analisis ini karena nilai atau skor yang diperoleh dari subjek yang berbeda. Hasil penelitian menggunakan uji t menunjukkan pengujian tersebut berhasil. Hal ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen setelah mendapat perlakuan literasi.

Berdasarkan hipotesis yang dilakukan dengan uji mann whitney U diperoleh $Z = -3,801$ dan $\text{sig}/p = 0,000$ ($p < 0,01$) berarti ada perbedaan signifikan antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen. Ada pengaruh pelatihan literasi terhadap kecemasan berbicara di depan umum terbukti. Kelompok eksperimen yang memperoleh literasi kecemasan rata-rata sebesar 273,80 dari rata-rata kecemasan kelompok kontrol yaitu 326,40. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah pemberian literasi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa “adanya pengaruh pemberian literasi terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Hal tersebut juga didukung berdasarkan hasil observasi dan interview lapangan yang menunjukkan adanya perubahan sikap dan perilaku terkait dengan kecemasan berbicara di depan umum. Siswa terlihat semakin berani untuk tampil di depan umum dan lancar dalam berkomunikasi setelah menerima treatment.

Saran

1. Bagi siswa

Penelitian tentang pengaruh literasi ternyata menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan berbicara di depan umum, sehingga Siswa diharapkan mengikuti pelatihan literasi dengan sungguh-sungguh untuk meningkatkan kemampuan literasi seperti kemampuan membaca, menulis, berfikir, menyimak dan

berbicara. Disamping itu hendaknya siswa mempunyai kemauan dari diri siswa sendiri untuk keluar dari masalah kecemasan dalam menyampaikan pendapat di depan umum siswa juga diharapkan dapat mengambil kesempatan secara sungguh-sungguh mengikuti program kegiatan yang diberikan oleh guru seperti kegiatan presentasi, diskusi dan literasi.

2. Bagi sekolah/guru

Hendaknya membuat program khusus pelatihan literasi dan digunakan secara rutin untuk menurunkan kecemasan berbicara di depan umum. Kecemasan merupakan salah satu faktor terhambatnya proses belajar mengajar di sekolah. Oleh karena itu hasil penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan untuk mengatasi kecemasan berbicara bagi siswa yang mengalami masalah kecemasan berbicara di depan umum. Proses belajar mengajar yang pasif akan mengurangi kelancaran dan kesuksesan dalam kegiatan belajar mengajar.

3. Bagi penelitian selanjutnya

- a. Pada penelitian selanjutnya hendaknya penelitian ini dapat di generalisasikan, maka partisipan penelitian dapat lebih banyak.
- b. Hendaknya dapat meneliti subjek dari beberapa sekolah yang siswanya mengalami kecemasan menyampaikan pendapat di depan umum, sehingga akan terungkap masalah-masalah yang beragam dari setiap sekolah.
- c. Pada penelitian selanjutnya, hendaknya menambah jumlah pemberian treatment seperti yang telah diketahui bahwa pemberian treatment dalam kurun waktu yang sedikit hanya bersifat sementara bagi penerimanya. Hal tersebut akan sangat mudah hilang jika tidak diterapkan kembali dengan rentang waktu yang teratur.

Daftar Pustaka

Asih. (2016). *Strategi Pembelajaran Bahasa Indonesia*. Bandung: Pustaka Setia.

- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Penerjemah Kartini Kartono. Jakarta: Grafindo Persada.
- Corey, Gerald.(3013). *Teori Dan Praktekkonseling & Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Febiyanto, Angga. (2016). Pengaruh teknil flooding dalam meminimalisasi kecemasansosial siswa Dalam Menyampaikan Pendapat Di DepanUmum.*TesisFakultasPendidikan Islam UIN SunanKalijagaYogyakarta*.
- Hartono dan Soedardarmadji. (2013). *Psikologi konseling*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Khotimah, Siti. (2016). Hubungan Antara Kelekatan Dan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kemampuan Literasi Anak Usia Dini.*TesisPsikologi (tidak di terbitkan) FakultasPsikologiUniversitas 17 Agustus 1945 Surabaya*.
- Latipun. (2015). *Psikologi Eksperimen*.Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Muslimin, K.(2013)Faktor-faktor yang Mempengaruhikecemasan Berkomunikasi di depan umum(Kasus Mahasiswa Fakultas Dakwah INISNU Jeparafis)ProgramStudiMagister Ilmu Komunikasi IP UNDIP. *Jurnal Interaksi*, Vol.II No.2
- Rakhmat, J. (2012). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT. Gramedia Pustaka.
- Rogers. N. (2004). *Berani Berbicara Di Depan Publik*. Edisi Revisi. Bandung: Nuansa.
- Riani W. S, Rozali Y. A. (2014). Hubungan Antara Self Efficacy Dan Kecemasan Saat Presentasi Pada Mahasiswa Univeristas Esa Unggul.*Jurnal Psikologi*, Vol.12 No.1
- Seniati, Liche. (2005). *Psikologi Eksperimen*.Jakarta: PT Indeks Kelompok Gramedia.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tarigan, Henry Guntur. (1993). *Menyimak Sebagai suatu keterampilan berbahasa*. Bandung: Angkasa.
- UNESCO Education Sector. (2004). *The Plurality Of Literacy And Its Implications For Policies And Programs*. Paris: United National Education. Scientific And Cultural Organization.
- Wahyuni, Endang (2015) Yang Berjudul “Hubungan Self-Effecacy Dan Keterampilan Komunikasi Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum”.*JurnalKomunikasi Islam*, Vol.5 No.1.
- Wahyuni, Sri (2014). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi. *Jurnal.psikologi.fisip-unmul.ac.id.*, Vol.2 No.1. 2014.

Winarni, Reny. (2013). Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Komunikasi Di Depan Umum Pada Mahasiswa. *Jurnal Online Fakultas Psikologi*. Universitas Muhammadiyah Malang. (Diakses tanggal 11 Maret 2017).

http://www.unesco.org/education/GMR2006/full/chapt6_eng.pdf (diakses pada tanggal 12 Maret 2017).