

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Dalam dunia Pendidikan, komunikasi memiliki peran yang sangat besar dalam proses belajar-mengajar baik yang dilakukan oleh dosen kepada mahasiswa ataupun komunikasi yang dilakukan oleh antar mahasiswa. Tidak ada Pendidikan yang tidak membutuhkan proses komunikasi di dalamnya, baik komunikasi dalam bentuk verbal dan non verbal. Dunia Pendidikan tidak dapat berjalan tanpa adanya proses komunikasi (Jourdan & Anwar dalam Deviyanthi, 2016 :1). Sebagai seorang mahasiswa akan dituntut menjadi pembicara, pendengar, pelaku media yang berkompeten dalam berbagai seting, seperti dalam situasi pergaulan sosial, di dalam kelas, ditempat kerja atau pada seting organisasi kemahasiswaan.

Mahasiswa merupakan individu yang dapat menuntut ilmu pada tingkatan perguruan tinggi negeri maupun swasta. Mahasiswa mempunyai tingkatan yang tinggi pada intelektualnya, maka dari itu mahasiswa disebut sebagai aset bangsa karena mahasiswa bagian dari sekelompok masyarakat yang terdidik dalam bidang keilmuan maupun keterampilan. Siswoyo (2007 :57) menyebutkan bahwa mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang menuntut ilmu ditingkatan perguruan tinggi baik negeri maupun swasta ataupun lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Dalam hal ini mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir serta adanya perencanaan dalam bertindak. Berpikir secara kritis dan bertindak cepat tepat merupakan sifat yang melekat pada setiap mahasiswa. Mahasiswa merupakan makhluk sosial, sebagai makhluk individu mahasiswa memiliki kebutuhan yang berbeda antara satu individu dengan individu yang lainnya. Dalam hal ini mahasiswa tidak bisa hidup sendiri, selalu membutuhkan orang lain dalam setiap kebutuhannya, maka dari itu mahasiswa dapat dikatakan sebagai makhluk sosial dalam berinteraksi dengan orang lain dan tidak muncul perbedaan pendapat yang akan memicu konflik antar individu (Djibran, 2018 :74).

Sigmund Freud (Hayat, 2014 :54) menyatakan bahwa kecemasan merupakan keadaan tegang yang akan memaksa dalam melakukan sesuatu. Agustinus (1985

:53) mengemukakan bahwa kecemasan merupakan sebuah pengalaman yang dapat menyakitkan dan tidak menyenangkan. Pada hal tersebut kecemasan akan timbul dari adanya reaksi ketegangan tubuh dimana ketegangan tersebut dapat diakibatkan adanya dorongan dari dalam maupun luar serta dikuasai oleh susunan urat saraf. Corey (1996 :53) menyebutkan bahwa kebebasan dan kecemasan merupakan dua sisi dari sekeping mata uang, dalam hal ini banyak individu yang tidak sadar pada gagasan-gagasan yang kreatif yang dihalangi langsung oleh kecemasan yang perlu untuk dikendalikan. Yusuf (2009 :94) menyebutkan bahwa kecemasan atau *anxiety* adalah bagian dari ketidakberdayaan secara neurotik, rasa tidak aman, tidak matang serta tidak mampu dalam menghadapi tuntutan realitas (lingkungan), kesulitan dan adanya tekanan pada kehidupan sehari-hari. Sedangkan pendapat terakhir dari Crow & Crow (Wicaksono, 2013 :90) menyebutkan bahwa kecemasan merupakan bagian dari suatu kondisi kurang menyenangkan dialami oleh setiap individu yang akan mempengaruhi keadaan fisiknya. Jeffrey S. Nevid et al., (2005 :95-96) menyebutkan bahwa dalam kecemasan memiliki beberapa ciri tersendiri yang pertama terdapat ciri pada fisik dari kecemasan seperti kegelisahan, kegugupan, tangan atau anggota tubuh yang gemetar, sensasi dari pita ketat akan mengikat sekitar dahi, kekencangan pada pori-pori kulit perut dan dada, telapak tangan berkeringat, pingsan, dan mulut atau kerongkongan terasa kering. Yang kedua terdapat ciri secara behavioral pada kecemasan yaitu perilaku menghindar, perilaku melekat dan perilaku terguncang. Ciri yang terakhir kecemasan ada pada ciri kognitifnya yaitu khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan, adanya keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan, memiliki sikap yang waspada, merasa terancam oleh orang atau peristiwa yang normalnya hanya sedikit serta akan kehilangan kontrol.

Suryabrata (Rahmawati, 2014 :218) kecemasan sosial merupakan suatu bentuk darai rasa cemas dan rasa takut yang mengarah pada lingkungan sosial. Kecemasan sosial merupakan bagian dari rasa takut, cemas atau khawatir terkait situasi sosial serta rasa takut akan evaluasi dari orang lain La Greca dan Lopez (Juntilla, 2011 :222). Pierce (2013 :32) menyatakan kecemasan sosial merupakan masalah dari kesehatan mental yang menempati peringkat ketiga setelah depresi

serta penyalahgunaan pada alkohol. Kecemasan sosial ketakutan secara berlebihan dalam menerima kritikan dari orang lain serta yang mengarah pada menghindari terjadinya sebuah interaksi (Swasti dan Martanni, 2013).

Kashdan (2011 :31) karakteristik dari kecemasan sosial ditandai dengan adanya persepsi marabahaya dalam situasi sosial dengan munculnya potensi penolakan dari orang lain. Pada Wanita yang mengalami gangguan kecemasan sosial yang tinggi cenderung akan menampilkan banyak perilaku yang negatif daripada perilaku yang positif seperti kontak mata yang kurang, kurangnya tersenyum, sedikit berbicara dan merasa gelisah yang berlebihan. Fitria Racmawaty (Farihah, 2017 :31-32) menunjukkan data pada tahun 2013 individu yang mengalami gangguan kecemasan sosial dimana hal tersebut menunjukkan bahwa dari setiap individu dapat berpotensi mengalami gangguan kecemasan sosial. Maka dari itu, perlu adanya penanganan yang khusus bagi orang-orang dengan gangguan kecemasan sosial. Dampak yang akan terjadi jika mengalami kecemasan sosial yaitu akan tampak pada penurunan kesejahteraan subjektif dan kualitas hidup serta fungsi peran sosial dan perkembangan karir (Wittchen & Fehm, 2003 : 40). Penderita gangguan kecemasan sosial akan menilai dirinya lebih buruk daripada orang lain dan menurunkan kemampuan serta performasinya sehingga individu tersebut benar-benar lebih buruk (Asbaugh et al., 2005: 40). Terjadi penurunan fungsi dan keterampilan sosial serta kualitas interaksi sosial hal ini sejalan dengan pendapat yang diungkapkan oleh beberapa ahli yang pertama akan berperilaku yang berdasarkan pada interpretasi yang bersifat subjektif (Torres & Guerra, 2002 :40). Yang kedua yang paling sering diwarnai akan evaluasi negatif atas peristiwa sosial yang tidak menyenangkan (Wilson & Rapee, 2005 :40).

Hargie (Isti'adah, 2017 :42) mendefinisikan bahwa komunikasi interpersonal merupakan proses dari mencari informasi, pemaknaan serta adanya perasaan yang ditunjukkan oleh seseorang baik pesan secara verbal maupun non verbal. Sedangkan Montgomery (Isti'adah, 2017 :41) mendefinisikan bahwa komunikasi interpersonal terjadi ketika dua orang atau lebih berinteraksi dengan cara yang dengan melibatkan perilaku verbal dan non verbal. Ma & Lin (2022 :101) yang menyatakan bahwa komunikasi interpersonal merupakan cara yang efektif

bagi individu dalam menyesuaikan diri dengan kehidupan sosialnya serta dalam mengembangkan dan meningkatkan pengembangan dirinya. Peningkatan yang terus-menerus pada keterampilan komunikasi interpersonal siswa penting untuk meningkatkan perkembangan kepribadiannya, dan dalam tahap perkembangan dalam penyempurnaan kepribadian. Mahasiswa diyakini dapat mengekspresikan setiap perasaan dan emosi batinnya melalui komunikasi interpersonal yang dilakukan secara terus-menerus yang pada kenyataannya situasi sosial bagi mahasiswa tidak optimis dimana hal tersebut disebabkan langsung dari tekanan, adanya masalah secara psikologis seperti kecemasan sosial yang menjadi satu masalah dengan masalah psikologis. Kecemasan sosial yang sering muncul pada mahasiswa dapat mempengaruhi Kesehatan sosial, fisik dan mentalnya sehari-hari. Maka dari itu, kecemasan sosial menjadi salah satu penyakit yang utama yang dapat mempengaruhi kehidupan mahasiswa, terlebih mahasiswa yang belajar di dalam maupun luar negeri. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang relevan yang menunjukkan bahwa kecemasan sosial dapat berdampak pada masalah interpersonal siswa, kecanduan situs jejaring sosial dan fleksibilitas pengaturan emosi mahasiswa.

Devito (2011 :5) menyatakan bahwa keterampilan komunikasi interpersonal merupakan suatu keterampilan dalam melakukan komunikasi dengan orang lain secara efektif. Hardjana (2007 :31) menyebutkan bahwa keterampilan komunikasi interpersonal merupakan interaksi tatap muka antar dua orang atau lebih serta dapat menyampaikan pesan secara langsung. Devito (Dharmayanti, 2013 :257) menyebutkan karakteristik pada keterampilan komunikasi interpersonal terdapat lima kriteria yaitu keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif dan kesetaraan. Adanya komunikasi interpersonal yang memotivasi, dalam penerapannya berjalan seiring dengan usaha dari masing-masing individu untuk mencapai apa yang ingin dicapai. Dalam berkomunikasi harus ada keterbukaan, kejujuran, kepercayaan dan empati

Ciri-ciri seseorang yang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yaitu terjadi komunikasi secara spontan, komunikasi pribadi tidak mempunyai tujuan terlebih dahulu, terjadi secara kebetulan diantara orang lain yang tidak

memiliki identitas, memiliki akibat yang sengaja maupun tidak disengaja, seringkali berlangsung berbalas-balasan dan komunikasi terjadi menggunakan lambang-lambang yang bermakna (Liliweri, 1997 :39).

Trihastuti (Deviyanthi, 2016 :3) menjelaskan bahwa berbagai permasalahan mengenai komunikasi di muka umum mungkin terjadi, seperti teknik dalam menyampaikan ide-ide atau pendapat agar mahasiswa yang lainnya dapat mengerti serta lebih mudah dalam menerima dan menyiapkan diri agar tidak mengalami kecemasan saat mempresentasikan tugas di depan umum. Mahasiswa yang berperan sebagai generasi milenial dengan seiring perkembangan zaman yang cepat yang menyatakan bahwa mahasiswa dituntut untuk mampu mengimbangi perkembangan yang terjadi dengan karakteristik perkembangan mahasiswa yang dibangun agar dapat mengatasi diri atas perubahan sosial.

Studi pendahuluan yang telah dilakukan melalui wawancara pada Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya diperoleh informasi bahwa terdapat beberapa mahasiswa yang masih mengalami rasa cemas pada saat akan melakukan percakapan dilingkungan yang baru, sulitnya memulai komunikasi dengan orang lain, sulit menyampaikan pendapat saat sedang berdiskusi ataupun sedang mempresentasikan tugas didepan kelas dan terdapat mahasiswa yang merasa bahwa dirinya diabaikan jika sedang berada dalam forum diskusi.

Penelitian yang telah dilakukan di Indonesia pada tahun 2015 didapatkan data sebanyak 15,8% individu yang mengalami kecemasan sosial ( Vriends, et al., dalam Rachmawaty, 2015 : 31). Terdapat peningkatan sekitar 9,6% gejala kecemasan sosial pada awal usia remaja terjadi pada usia 10 tahun, kecemasan yang bertambah besar akan memberikan dampak yang negatif pada remaja yang membuat mereka akan mencari dukungan dan penerimaan dari teman sebaya dengan berbagai cara (Miers et al., 2013 :31).

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Isti'adah (2017 :41) dengan dilakukannya wawancara dengan dosen mata kuliah mengenai komunikasi interpersonal yang menyatakan bahwa masih banyak mahasiswa yang sulit mengungkapkan pendapatnya dalam situasi diskusi, masih banyak mahasiswa yang

cenderung diam ketika diberikan kesempatan untuk bertanya, sulit dalam memulai dan mengakhiri suatu pembicaraan dengan orang lain, mahasiswa yang kurang menghargai ketika ada orang lain yang sedang berbicara.

Maka dalam memahami bagaimana hubungan antara kecemasan sosial dengan komunikasi interpersonal yang dialami oleh mahasiswa perlu adanya penelitian yang meneliti gambaran kecemasan terhadap komunikasi internasional. Selain itu mahasiswa diharapkan mendapatkan inovasi dalam penerimaan layanan bimbingan dan konseling dalam menangani kecemasan yang terjadi. Program bimbingan dan konseling diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam mengenal dan memahami diri dalam menangani kecemasan sosial yang berhubungan dengan keterampilan komunikasi interpersonal.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan oleh peneliti mengenai Kecemasan Sosial dengan Keterampilan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2022. Kecemasan sosial yang merupakan salah satu dari gangguan secara psikologis yang sering terjadi dikalangan remaja. Perasaan cemas yang semakin timbul disaat melakukan komunikasi dengan orang lain. Hal tersebut menjadi suatu permasalahan bagi remaja yang menjadikan interaksi sosial dengan teman sebaya menjadi salah satu kebutuhan dalam perkembangan remaja. Individu yang sulit dalam melakukan interaksi dan sulit dalam membina hubungan yang baik dengan individu yang lain sehingga kecemasan sosial dapat terjadi di kalangann remaja. Kecemasan sosial yang sering ditemui pada mahasiswa seperti merasa cemas pada saat akan melakukan percakapan di lingkungan yang baru dan mahasiswa sering merasa diabaikan jika sedang melakukan diskusi.

Secara khusus layanan bimbingan dan konseling bertujuan dalam membantu individu agar mencapai tujuan perkembangan yang secara optimal dalam berbagai aspek. Individu dengan keterampilan komunikasi interpersonal rendah maka akan menghambat dalam kebutuhan secara sosial yang akan berpengaruh pada keberhasilan dalam penyesuaian diri. Mengingat terkait

keterampilan komunikasi interpersonal bagi mahasiswa bimbingan dan konseling yang merupakan calon konselor untuk kedepannya, maka yang ingin dicapai oleh peneliti dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana korelasi antara kecemasan sosial dengan keterampilan komunikasi interpersonal.

### C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah penelitian yang dilakukan oleh peneliti maka peneliti merumuskan sebuah permasalahan dalam penelitiannya yaitu :

1. Bagaimana gambaran umum kecemasan sosial pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya?
2. Bagaimana gambaran umum keterampilan komunikasi interpersonal pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya?
3. Seperti apa hubungan antara kecemasan sosial dengan keterampilan komunikasi interpersonal pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya??

### D. Tujuan Penelitian

Dalam tujuan penelitian ini peneliti dapat menyesuaikan dengan rumusan masalah yang telah dibuatnya, maka tujuan peneliti dalam penelitian ini adalah :

1. Mengetahui gambaran umum kecemasan sosial pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya
2. Mengetahui gambaran umum keterampilan komunikasi interpersonal pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya
3. Mengetahui hubungan antara kecemasan sosial dengan keterampilan komunikasi interpersonal pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

## **E. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Manfaat secara teoritis dalam penelitian ini yaitu dapat menambah wawasan serta ilmu pengetahuan sebagai kajian apakah terdapat hubungan antara kecemasan sosial dengan keterampilan komunikasi interpersonal pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Dosen**

Dosen dapat memanfaatkan data terkait hubungan antara kecemasan sosial dengan keterampilan komunikasi interpersonal pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

#### **b. Bagi Mahasiswa**

Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya dapat memperoleh berbagai informasi terkait hubungan antara kecemasan sosial dengan keterampilan komunikasi interpersonal.

## **F. Sistematika Penulisan**

1. BAB I PENDAHULUAN, di dalam bab ini memaparkan mengenai latar belakang masalah, identifikasi permasalahan, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika pada penulisan
2. BAB II KAJIAN PUSTAKA, di dalam bab ini memaparkan konsep teori mengenai kecemasan dan keterampilan komunikasi interpersonal
3. BAB III METODELOGI PENELITIAN, pendekatan dan metode penelitian yang dipakai, rancangan lokasi dan subjek penelitian dan instrumen penelitian
4. BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
5. BAB V KESIMPULAN DAN SARAN, hasil dari penelitian yang dirangkum dalam sebuah kesimpulan serta saran dan masukkan kepada pihak yang terkait