

ABSTRACT

PUJANTINI, DEWI. (2004). *The Public Speaking Anxiety Level and the Strategies to Overcome the Anxiety of the Fifth Semester Students of Sanata Dharma University*. Yogyakarta: Sanata Dharma University.

Anxiety is one of a human being's emotional aspects. Thus, it is normal if students experience anxiety when dealing with public speaking in their Speaking V course. However, public speaking anxiety will disturb the students' public speaking performance if it is at a high or very high level. In other words, the students cannot speak well in public if they are very anxious due to reactions caused by this anxiety. Therefore, they should use some strategies to overcome the anxiety, otherwise they will not be successful in public speaking. As a matter of fact, a public speaking course makes an important contribution to the second language learning process.

The research was conducted to investigate the public speaking anxiety level of the fifth semester students of English Language Education Study Program of Sanata Dharma University in the 2003/2004 Academic Year. Then, the researcher aimed to find the strategies to overcome the anxiety that the students experience in dealing with public speaking.

The research was descriptive research that only involved one variable, that was the public speaking anxiety level of the fifth semester students. Thus, the respondents of the research were the 2003/2004 Speaking V course students of class C, E, and F of English Language Education Study Program of Sanata Dharma University. To find out the public speaking anxiety level of the students, the researcher distributed the Public Speaking Anxiety Scale consisting of items related to the anxiety reactions. The validity and reliability of the Public Speaking Anxiety Scale were tested by the researcher, by conducting pilot testing of the scale to Speaking V course students of class A and B.

The data needed for this research were obtained from the collected scales. Then, from the data obtained, the researcher employed Ordinal Categorization to identify to what level the students' public speaking anxiety belonged to, whether very low, low, medium, high or very high. In addition, the data was computed using *SPSS 10.0 (Statistical Package for Social Science)*.

The results of the research showed that only 1 student or 1.7 % of the total respondents belonged to the very low level, 10 students or 16.7 % of the total respondents belonged to the low level, and 18 students or 30 % of the total respondents belonged to the medium level of public speaking anxiety. Meanwhile, 24 students or 40 % of the total respondents belonged to the high level of public speaking anxiety and 7 students or 11.7 % of the total respondents belonged to the very high one.

Further, the researcher also categorized the students' public speaking anxiety reactions, examined in the research, to five levels, very low, low, medium, high and very high using the same formula. The public speaking anxiety reactions were physiological, cognitive, psychological and conative reactions. The categorization was held to know the students' public speaking anxiety condition

in details. Hence, it supported the researcher in summarizing some proposed strategies. As a result, the researcher suggested the following strategies to overcome the public speaking anxiety experienced by the students: knowing the audience, the speech/material, the conditions and the speech principles well; having enough practice and a back up, recognizing the reactions, having positive thinking towards the audience, turning nervousness into positive energy, learning how to relax and learning from past experience in public speaking.

ABSTRAK

PUJIANTINI, DEWI. (2004). *The Public Speaking Anxiety Level and the Strategies to Overcome the Anxiety of the Fifth Semester Students of Sanata Dharma University*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.

Kecemasan adalah salah satu emosi yang dimiliki manusia. Oleh karena itu, suatu hal yang normal jika para siswa mengalami kecemasan saat menghadapi *public speaking* di kelas *Speaking V*. Meskipun demikian, kecemasan berbicara di muka umum akan mengganggu penampilan *public speaking* para siswa jika tingkat kecemasan yang dialami tinggi atau bahkan sangat tinggi. Dengan kata lain, para siswa tidak mampu berbicara di muka umum dengan baik. Hal ini berkaitan dengan reaksi-reaksi yang disebabkan oleh kecemasan tersebut. Maka dari itu, para siswa harus mengambil langkah-langkah untuk mengatasinya jika tidak ingin gagal dalam mempelajari *public speaking*. Para siswa harus sadar bahwa *public speaking* mempunyai peran yang penting dalam proses mempelajari bahasa kedua.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kecemasan berbicara di muka umum para siswa semester V Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Sanata Dharma Tahun Ajaran 2003/2004 dan untuk menemukan strategi-strategi yang bisa digunakan untuk mengatasi kecemasan yang dialami para siswa saat menghadapi *public speaking*.

Penelitian ini merupakan penelitian deskripsi yang hanya melibatkan satu variabel yaitu tingkat kecemasan berbicara di muka umum para siswa. Responden penelitian ini adalah para siswa *Speaking V* kelas C, E, dan F Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Sanata Dharma Tahun Ajaran 2003/2004. Peneliti menggunakan Skala Kecemasan Berbicara di Muka Umum yang berisi pernyataan-pernyataan yang berkaitan dengan reaksi-reaksi kecemasan untuk mengetahui tingkat kecemasan berbicara di muka umum para siswa. Validitas dan reliabilitas dari skala ini telah diuji dengan diadakannya uji coba skala kepada para siswa *Speaking V* kelas A dan B.

Data yang diperlukan untuk penelitian ini diperoleh dari skala yang terkumpul. Dari data tersebut, peneliti menggunakan Kategorisasi Jenjang untuk mengetahui tingkat kecemasan berbicara di muka umum para siswa, apakah sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, atau sangat tinggi. Peneliti menggunakan *SPSS (Statistical Package for Social Science)* versi 10.0 dalam proses penghitungan.

Hasil penelitian ini menunjukkan hanya ada 1 orang siswa atau 1.7 % dari jumlah responden yang berada di tingkat sangat rendah kecemasan berbicara di muka umum, 10 orang siswa atau 16.7 % dari jumlah responden yang berada di tingkat rendah kecemasan berbicara di muka umum, dan 18 orang siswa atau 30 % dari jumlah responden yang berada di tingkat sedang kecemasan berbicara di muka umum. Sementara itu, 24 orang siswa atau 40 % dari jumlah responden berada di tingkat tinggi kecemasan berbicara di muka umum dan 7 orang siswa atau 11.7 % dari jumlah responden berada di tingkat sangat tinggi kecemasan berbicara di muka umum.

Selanjutnya, peneliti juga mengkategorisasikan reaksi-reaksi kecemasan para siswa yang diungkap di dalam penelitian ini. Pengkategorisasian ini menggunakan rumus yang sama dan juga dilakukan ke dalam lima tingkat yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Hal ini dilakukan untuk mengetahui kondisi kecemasan berbicara di muka umum para siswa secara lebih detail. Hal ini membantu peneliti untuk merangkum strategi-strategi dari beberapa sumber. Peneliti akhirnya mengajukan strategi-strategi berikut ini untuk mengatasi kecemasan berbicara di muka umum yang dialami para siswa: mengetahui dengan baik *audience*, pidato/materi, kondisi, dan dasar-dasar pidato; melakukan cukup latihan dan mempersiapkan cadangan dalam berpidato, mengenali reaksi-reaksi yang timbul, berpikiran positif tentang *audience*, mengubah perasaan grogi menjadi energi positif, mempelajari cara relaksasi, dan belajar dari pengalaman *public speaking* yang lalu.