

Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas X

¹Qonitha Luthfia*, ²Anisa Fitriani

¹ Mahasiswa Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

² Dosen Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

*Corresponding Author:

anisafitri@unissula.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan atas efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa fakultas psikologi di universitas islam sultan agung semarang. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa fakultas psikologi universitas islam sultan agung semarang dengan jumlah populasi sebanyak 577 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik cluster random sampling. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan dua alat ukur yakni skala kecemasan berbicara di depan umum dan efikasi diri dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,916 dan 0,800. Hasil analisis korelasi pearson didapatkan skor rxy sebesar -0,781 dengan skor sig. = 0,000 ($p < 0,01$). Hal tersebut menjelaskan atas adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Dimana semakin tinggi tingkat efikasi diri mahasiswa, maka semakin rendah juga tingkat kecemasan berbicara di depan umumnya.

Kata Kunci: efikasi diri, kecemasan berbicara.

Abstract

This study aims to determine the relationship between self-efficacy and public speaking anxiety in psychology faculty students at the Islamic University of Sultan Agung Semarang. The population used in this study were students of the faculty of psychology at the Islamic University of Sultan Agung Semarang with a population of 577 students. The sampling technique used cluster random sampling technique. In this study, researchers used two measuring tools sure public speaking anxiety scale and self-efficacy with a reliability coefficient of 0.916 and 0.800. The results of Pearson correlation analysis obtained an rxy score of -0.781 with a sig score. = 0,000 ($p < 0,01$). This explains the highly significant positive relationship between self-efficacy and public speaking anxiety. Where the higher the level of student self-efficacy, the lower the level of public speaking anxiety.

Keywords: Self Efficacy, Public Speaking Anxiety.

1. PENDAHULUAN

Sistem pembelajaran pada jenjang perguruan tinggi lebih menekankan keaktifan mahasiswa dalam menyampaikan pendapat, mengkritisi pendapat mahasiswa lain, bertanya, berdiskusi, serta presentasi (Pratiwi, 2016). Sehingga setiap mahasiswa dituntut untuk bisa melakukan komunikasi didepan umum, yang menurut Juneman (2010), salah satu kualifikasi yang wajib dimiliki oleh mahasiswa lulusan Strata 1 adalah mampu berkomunikasi secara efektif baik lisan maupun tulisan. Terbiasa dengan berbicara didepan umum memiliki manfaat menurut (Barnard, 2017) dikatakan bahwa keterampilan berbicara didepan umum bermanfaat untuk mengembangkan perbendaharaan kata dan lancar berbicara, mengembangkan kemampuan diri, mengembangkan kemampuan memimpin, belajar memengaruhi orang lain, dan membuat hubungan sosial menjadi lebih baik.

Keterampilan berbicara di depan umum akan menjadi salah satu soft skill yang penting bagi seorang mahasiswa ketika sudah mendapatkan gelar dari perkuliahan yang dilakukan untuk meneruskan pada berbagai hal kedepannya, terkhususnya bagi mahasiswa psikologi yang nantinya akan sering melakukan berbicara didepan umum terkait konseling, seminar, pelatihan, maupun yang lainnya. Kenyataannya yang terjadi adalah mahasiswa gugup, gemetar dan keringat dingin ketika harus menyampaikan pendapatnya di depan umum. Tekanan ini adalah cerminan dari kecemasan, hal tersebut disebabkan adanya rasa khawatir yang timbul akibat pikiran negatif yang muncul seperti bagaimana pendapat orang lain terhadap penampilan serta materi yang disajikan saat melakukan presentasi dalam hal ini membuat dan kepercayaan diri menurun.

Menurut (Barnard, 2017) keterampilan berbicara didepan umum bermanfaat untuk mengembangkan perbendaharaan kata dan lancar berbicara, mengembangkan kemampuan diri, mengembangkan kemampuan memimpin, dan membuat hubungan sosial menjadi lebih baik. Saat berbicara di depan umum, seseorang akan merasa seolah sedang diadili. Merasa bahwa gerak-gerik dan ucapan yang salah menjadi teramat penting. Hal tersebut menyebabkan individu yang berbicara di depan umum sering kali merasa rentan dan bahkan terancam (Dewi, 2018), orang yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum tidak dapat mengaktualisasikan potensinya, baik pikiran maupun perasaan sehingga menjadikan seseorang salah dalam mengkomunikasikan

sesuatu atau yang sering disebut miscommunication. Salah satu faktor penyebab kecemasan berbicara di depan umum yaitu efikasi diri. Bandura (Purnamasari, 2020) mengungkapkan bahwa meningkatkan efikasi diri akan dapat membantu individu dalam mengurangi kecemasan berbicara karena ia akan berusaha mengontrol kecemasan berbicaranya tersebut dan fokus dalam pencapaian tujuannya, sehingga kecemasan berbicara yang ada pada dirinya akan dapat dikontrol dengan baik.

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Harianti (2014) menghasilkan bahwa mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi berpengaruh terhadap rendahnya tingkat kecemasan dalam berbicara di depan umum. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Murdiyanto, dkk (2023) yang mendapatkan hasil penelitian terdapat hubungan signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan mahasiswa.

Rendahnya efikasi diri yang dimiliki mahasiswa akan berpengaruh pada keraguan untuk berbicara di depan banyak orang, mahasiswa akan ragu terhadap ketrampilan yang dipunyai dan cenderung putus asa terhadap hal yang belum dilaksanakan. Berbeda dengan tingginya efikasi diri yang dipunyai mahasiswa maka akan berpengaruh pada keyakinan mengatasi hambatan saat berbicara di depan banyak orang. Sehingga efikasi diri yang dipunyai mahasiswa akan berpengaruh pada kecemasan berbicara di depan umum dan sebaliknya.

2. METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Metode Penelitian ini menggunakan *cluster random sampling*. *Cluster random sampling* adalah pengambilan dalam sebuah populasi dengan membagi kelompok dengan memperhatikan ciri-ciri atau sifat kemudian menentukan sampel secara acak (Sugiyono, 2016). Metode pengumpulan data yang dipakai yaitu skala yang terdiri dari skala efikasi diri dan skala kecemasan berbicara di depan umum. Subjek diminta memilih salah satu dari empat jawaban yang paling sesuai dengan keadaan dirinya. Skala efikasi diri terdiri dari 20 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,800 dan skala kecemasan berbicara terdiri dari 23 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,939. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 176 Mahasiswa fakultas psikologi universitas X. Metode statistik yang digunakan dalam menganalisis adalah teknik korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson. Metode analisis

data dihitung dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) for Windows Versi 25.0.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan Uji Kolmogorov-Smirnov untuk menguji normalitas data. Metode ini merujuk pada teori Kolmogorov-Smirnov yang membandingkan distribusi item yang diuji normalitasnya dengan distribusi normal standar. Distribusi normal sendiri adalah data yang telah diubah menjadi z-score dan diasumsikan sebagai data yang normal. Keuntungan dari metode ini adalah sederhana dan tidak menimbulkan perbedaan persepsi antar peneliti. Data akan dianggap terdistribusi normal jika nilai Asym Sig (2-tailed) yang dihitung menggunakan Kolmogorov-Smirnov lebih besar dari 0,05. Sebaliknya, jika nilai Asym Sig (2-tailed) kurang dari 0,05, data dianggap tidak terdistribusi normal menurut uji Kolmogorov-Smirnov. Dari penelitian ini terlihat bahwa variabel efikasi diri KS-Z menghasilkan nilai sebesar 0,067 serta $p=0,067$ ($p>0,05$) yang artinya distribusi data normal. Pada variabel kecemasan berbicara di depan umum mendapatkan skor KS-Z sebesar 0,286 serta $p=0,286$ ($p>0,05$) yang artinya distribusi data normal.

Hasil uji linieritas antara efikasi diri dan kecemasan berbicara memperoleh Flinier sebesar 2003,903 dengan tingkat signifikansi (sig) sebesar 0,000 ($p \leq 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antara efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum berkorelasi secara linear.

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan dukungan sosial dengan help seeking terkait pemilihan jurusan kuliah pada siswa kelas XII MAN II Semarang. Teknik di dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi product moment. Berdasarkan hasil uji korelasi pearson diperoleh koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = -0,781$ dengan taraf signifikansi 0,000 ($p<0,01$). Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima dan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa fakultas psikologi di Universitas X.

Deskripsi skor skala kecemasan berbicara di depan umum memiliki skor dalam kategori tinggi. Didapatkan hasil berupa mean empirik sejumlah 65,04 dan mean hipotetik 57,5 sehingga bisa diketahui bahwa konsep diri yang dimiliki oleh Mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas X kategori tinggi. Tingkat kecemasan berbicara di depan umum yang tinggi diperoleh karena adanya perasaan tidak nyaman dan takut yang dialami ketika harus berbicara di depan umum.

Deskripsi skor skala efikasi diri dalam penelitian ini memiliki skor dalam kategori rendah. Didapatkan hasil berupa mean empirik sejumlah 41,81 dan mean hipotetik 50 sehingga bisa diketahui bahwa efikasi diri yang dimiliki oleh Mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas X kategori rendah. Tingkat efikasi diri yang rendah diperoleh karena kurang adanya rasa mampu sebagai bentuk kepercayaan seseorang terhadap kemampuannya untuk mencapai tujuan dan mengatasi tantangan dalam kehidupan subjek.

4. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis dari penelitian ini diterima yaitu ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa fakultas psikologi di Universitas X. Artinya, semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa, begitu sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka akan semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Alawiyah, D., Nurasmı, N., Asmila, N., & Fatasyah, R. (2022). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa. *RETORIKA : Jurnal Kajian Komunikasi Dan Penyiaran Islam*, 4(2), 104–113. <https://doi.org/10.47435/retorika.v4i2.1201>
- Alwisol. (2012). *Psikologi Kepribadian*. UMM Press.
- Alwisol. (2016). *Psikologi kepribadian*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Amalia, A. (2017). Pengaruh Hardiness Dan Efikasi Diri Terhadap Regulasi Diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(4), 521–530. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i4.4470>

- Ananda, L. R., dan S. (2019). Hubungan Antara Berpikir Positif Dan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Unissula. *Prosiding Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU)*, 129–136.
- Arikunto, P. D. S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (XIV)*. PT RINEKA CIPTA, Jakarta.
- Aryadillah. (2017). Kecemasan dalam public speaking (Studi kasus pada presentasi makalah mahasiswa). *Cakrawala*, 17(2), 198–206.
- Azwar, S. (2012). Penyusunan Skala Psikologi (Edisi 2). In *Pustaka Pelajar*.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1997a). *Self-Efficacy Determinants of Anticipated Fears and Calamities*. 45(2), 464–469.
- Bandura, A. (1997b). *Self Efficacy. The Exercise of Control*. W.H. Froeman and Company.
- Budi Darmawan. (2016). *Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sahid Surakarta*. Universitas Sahid Surakarta.
- Bukhori, B. (2017). Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Ditinjau Dari Kepercayaan Diri Dan Keaktifan Dalam Organisasi Kemahasiswaan. *Jurnal Komunikasi Islam*, 6(1), 158–186. <https://doi.org/10.15642/jki.2016.6.1.158-186>
- Cousineau, T. M., Green, T. C., Corsini, E. A., Barnard, T., Seibring, A. R., & Domar, A. D. (2006). Development and validation of the Infertility Self-Efficacy scale. *Fertility and Sterility*, 85(6), 1684–1696. <https://doi.org/10.1016/j.fertnstert.2005.10.077>
- Deviyanthi, N. M. F. S., & Widiasavitri, P. N. (2016). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Komunikasi dalam Mempresentasikan Tugas di Depan Kelas. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(2), 342–353. <https://doi.org/10.24843/jpu.2016.v03.i02.p16>
- Djayanti, & Rahmatika. (2015). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum PAD mahasiswa. *Jurnal Psikogenesis*, 3(2).
- Fatmah, N., Anward, H. H., & Mayangsari, M. D. (2021). Efikasi Diri dan Kepercayaan Diri Mahasiswa PGSD terkait Kecemasan Berbicara di Depan umum. *Psikodinamika - Jurnal Literasi Psikologi*, 1(1), 31–40. <https://doi.org/10.36636/psikodinamika.v1i1.558>
- Ghufron, M. N., Suminta, R. R., & Psikologi, P. S. (2017). Efikasi Diri dan Hasil Belajar Matematika: Meta-analisis. *Buletin Psikologi*, 21(1), 20.
- Hanggara Budi Utomo. (2012). *Hubungan antara Kematangan Emosi dan Self-Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa*. Universitas Tujuh Belas Agustus.
- Harianti, N. (2014). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Wisnuwardhana

- Malang. *80 Psikovidya*, 18(April), 80–98.
- Haryanthi, L. P. S., & Tresniasari, N. (2012). Efektivitas Metode Terapi Ego State dalam Mengatasi Kecemasan Berbicara di Depan Publik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Jurnal Insan*, 14(01), 32–40.
- Hesti Intan Sasongko Putri, & Ghozali Rusyid Affandi. (2022). Efikasi Diri dan Prokrastinasi Akademik Saat Perkuliahan Daring pada Mahasiswa Organisatoris Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 2(3), 819–827. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i3.4882>
- Ilyas, A., & . M. (2013). Hubungan Antara Keterampilan Komunikasi Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum. *Konselor*, 2(1), 273–278. <https://doi.org/10.24036/02013211203-0-00>
- Jeffrey S. Nevid, Spencer A. Rathus, B. G. (2005). *Psikologi abnormal jilid 1*. Erlangga.
- Jess Feist, G. J. F. (2008). *Theories Of Personality* (7 edition).
- Kasih, D., & Sudarji, S. (2012). Hubungan Self Efficacy terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia. *Jurnal Psibernetika*, 5(2), 46–58.
- Kholisin, K. (2014). Kecemasan Berbicara Ditinjau Dari Konsep Diri Dan Kecerdasan Emosional. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 34(1), 77. <https://doi.org/10.21580/jid.v34i1.65>
- Khotimah, K., Putri, D. R., Psikologi, P., & Sahid, U. (2024). *Jurnal asosiatif*. 3(2).
- Maimunah, S. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 275. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4911>
- Maistika, L., & Murti, H. A. S. (2023). Hubungan Self Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa-Siswi SMA Kecamatan Gabus Kabupaten Grobogan Jawa Tengah. *JiIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(10), 8215–8223. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i10.2274>
- Malkoç, A., & Mutlu, A. K. (2018). Academic self-efficacy and academic procrastination: Exploring the mediating role of academic motivation in Turkish university students. *Universal Journal of Educational Research*, 6(10), 2087–2093. <https://doi.org/10.13189/ujer.2018.061005>
- Mccroskey, J. C. (1982). Oral Communication Apprehension: A Reconceptualization. *Annals of the International Communication Association*, 6(1), 136–170. <https://doi.org/10.1080/23808985.1982.11678497>
- Meifilina, A., Khudlori, R., & Andari, B. (2021). Pelatihan Public Speaking Dengan Tema “Tampil Di Depan Umum Siapa Takut.” *Science Contribution to Society Journal*, 1(1), 14–21. <https://doi.org/10.35457/scs.v1i1.1743>
- Mukti, B., & Tentama, F. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 8(8), 341–347.

- [https://seminar.uad.ac.id/index.php/snmpuad/article/view/3442#:~:text=Hasil penelusuran menunjukkan bahwa efikasi,Resiliensi%2C Karakter%2C Motivasi belajar.](https://seminar.uad.ac.id/index.php/snmpuad/article/view/3442#:~:text=Hasil%20penelusuran%20menunjukkan%20bahwa%20efikasi,Resiliensi%20Karakter%20Motivasi%20belajar.)
- Murdiyanto, J., Suesti, S., Heri Puspito, & Claudia, C. (2023). Hubungan Self- Efficacy Dengan Kecemasan Mahasiswa Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta Menghadapi Dops Saat Praktik Klinik Lapangan. *KOSALA : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(2), 217–229. <https://doi.org/10.37831/kjik.v11i2.307>
- Muslimin Khoirul. (2013). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kecemasan Berkomunikasi di Depan Umum. *Jurnal Interaksi*, 2, 42–52.
- Nabila, S., & Ashshiddiqi, A. M. (2023). Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Proyeksi*, 18(1), 23. <https://doi.org/10.30659/jp.18.1.23-35>
- Nafia, A., & Al Fatah, S. A. A. (2022). Peranan Self Efficacy Dalam Mengatasi Kecemasan Berbicara Di Depan Umum. *Muttaqien; Indonesian Journal of Multidisciplinary Islamic Studies*, 3(2), 265–273. <https://doi.org/10.52593/mtq.03.2.05>
- Nanda, A., & Widodo, P. B. (2015). Efikasi diri ditinjau dari school well-being pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan Di Semarang. *Jurnal Empati*, 4(4), 90–95.
- Nemeroff, Charles B., Craighead, W. E. (2004). *The concise corsini encyclopedia of psychology and behavioral science*. John Wiley and Sons.
- Nur Safitri, K. E., Kurnia, D., & Sri Indriani, R. (2023). Hubungan Efikasi Diri Dengan Interaksi Sosial Siswa. *Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 9(2), 2510–2524. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v9i2.991>
- Nurhasanah, N. (2021). Self Efficacy Dan Berpikir Positif Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(2), 106–112. <https://doi.org/10.52657/jik.v10i2.1477>
- Paul Eggen & Don Kauchak. (2016). *Educational psychology: Windows on classrooms*. Merrill Prentice Hall.
- Purnamasari, I. (2020). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 238. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4907>
- Purwanto, N. (2019). Variabel Dalam Penelitian Pendidikan. *Jurnal Teknodik*, 6115, 196–215. <https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.554>
- Rengganawati, H. (2024). Kecemasan Dalam Berbicara Di Depan Umum Pada Kalangan Mahasiswa Berusia 17-22 Tahun. *Indonesian Journal of Digital Public Relations (IJDPR)*, 2(2), 60. <https://doi.org/10.25124/ijdpr.v2i2.6953>
- Salim, F., & Fakhurrozi, M. (2020). Academic Self-Efficacy and Resilience on Undergraduate Students. *Jurnal Psikologi*, 16 No 2, 175–187. <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/9718/pdf>
- Sasmita, I. A. G. H. D., & Rustika, I. M. (2015). Peran Efikasi Diri dan Dukungan Sosial

- Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 280–289. <https://doi.org/10.24843/jpu.2015.v02.i02.p16>
- Sri Mulyani, D. (2023). Pengaruh Efikasi Diri Dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Dosen Muda. *BroadComm*, 5(1), 14–24. <https://doi.org/10.53856/bcomm.v5i1.247>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (C. Alfabeta (ed.); 23rd ed.).
- Valentina Ratri Harnanda, & Christiana Hari Soetjningsih. (2023). Kepercayaan Diri Dan Kecemasan Berbicara Didepan Umum Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2021/2022 Universitas Kristen Satya Wacana. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 371–383. <https://doi.org/10.54783/jser.v5i2.125>
- Venanda, Y. A. (2022). Hubungan efikasi diri (self efficacy) dengan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 17(1), 40–55. <https://doi.org/10.26905/jpt.v17i1.8090>
- Wahyuni. (2015). Hubungan Self Efficacy dan Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum. *Jurnal Komunikasi Islam*, 52–82.
- Wari, R. (2020). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Unibos Makassar. *Skripsi*, 82.
- Whitbourne, H. &. (2010). *Psikologi Abnormal (Perspektif Klinis Pada Gangguan Psikologis)*. Salemba Humanika.
- Windyani, O. :, & Masri, S. (2022). Hubungan Self Efficacy dan Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Santri Pondok Pesantren Datok Sulaiman Putri Palopo. *Jurnal Komunikasi Dan Media*, 1(1), 1–54.