



UIN SUSKA RIAU

## **HUBUNGAN SELF CONTROL DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA**

### **SKRIPSI**



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**OLEH:**

**SHINTIA NURAISYAH WINDRA**

**NIM : 12060124225**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
PEKANBARU  
1446 H / 2025 M**

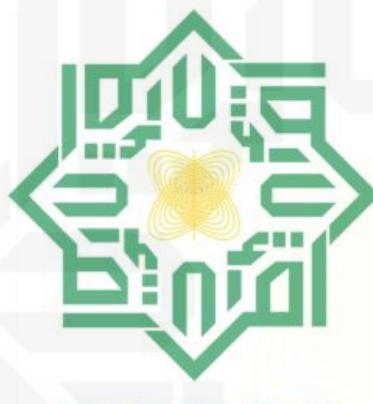


UIN SUSKA RIAU

**HUBUNGAN SELF CONTROL DENGAN KECEMASAN  
BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA**

**SKRIPSI**

Disusun Guna Memenuhi Persyaratan Untuk Mendapatkan Gelar  
Sarjana Psikologi (S.Psi.)



**OLEH:**

**SHINTIA NURAISYAH WINDRA**

**NIM : 12060124225**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
PEKANBARU  
1446 H / 2025 M**

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**LEMBAR PENGESAHAN**

**HUBUNGAN SELF CONTROL DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN  
UMUM PADA MAHASISWA**

**Disusun Oleh :**

**Shintia Nuraisyah Windra**

**12060124225**

**SKRIPSI**

Telah diterima dan disetujui sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Psikologi (S. Psi) di Fakultas Psikologi  
Univeritas Islam Negri Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru, 5 April 2025

Dosen Pembimbing

**Salmiyati, M.Psi., Psikolog**

**NIP: 198808172019032013**



UIN SUSKA RIAU



UIN SUSKA RIAU

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
**جامعة سلطان سعفان**  
FACULTY OF PSYCHOLOGY  
Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

PENGESAHAN PENGUJI

Nama Mahasiswa : Shintia Nuraisyah Windra

NIM : 12060124225

Judul Skripsi : Hubungan *Self Control* Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa

Diterima dan disetujui oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada:

Hari / Tanggal : Rabu / 04 Juni 2025

Bertepatan dengan : Rabu / 8 Dzulhijjah 1446 H

TIM PENGUJI

Ketua

**Dr. Sri Wahyuni, MA, M. Psi., Psikolog**  
NIDN 2016068001

Sekretaris

**Salmiyati, M. Psi., Psikolog**  
NIDN 2017088802

Penguji I

**Yuli Widiningsih, M.Psi., Psikolog**  
NIDN 2019077601

Penguji II

**Raudatuzzalamah, M.A**  
NIDN 2015107901

Mengetahui  
Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau





UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta Universitas Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Shintia Nuraisyah Windra  
NIM : 12060124225  
Tempat/Tgl. Lahir : Pekanbaru/01 Juni 2002  
Fakultas/Pascasarjana : Psikologi  
Prodi : Psikologi

Judul Disetasi/ Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya:

Hubungan SELF CONTROL DENGAN KECERDASAN BERBICARA  
Di DEPAN UMUM PADA MAHASISWA

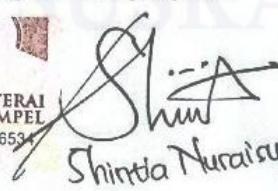
Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 27 Mei 2025.  
Yang membuat pernyataan



  
Shintia Nuraisyah Windra.



UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## MOTO

*~ life is 10% What Happens To Us And 90% How We React*

*To It ~*

-Charles R. Swindoll

*~ Hidup Adalah, Bagaimana Kamu Menjalankan Gaya Hidup Mu ~*

-Shintia Nuraisyah Windra



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

## PERSEMBAHAN

*Alhamdulillahirabbil'alamin*

Segala puji serta syukur yang tiada hentinya peneliti ucapkan kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala karena atas rahmat, taufiq, hidayah, dan inayah-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Serta shalawat dan salam tak lupa diucapkan kepada Rasulullah Shallallahu'Alaihi Wassalam

**Ayahanda Erwin Asmar dan Ibunda Yendrawati**

Terimakasih banyak kepada orang tua tercinta yang telah berjuang, selalu mendo'akan serta mendukung, memberikan motivasi serta semangat, dan selalu sabar menanti peneliti menyelesaikan skripsi ini.

**Saudari alm. Annisa Kasih Windra**

Terimakasih kakak tercinta untuk memotivasi semasa alm. Masih bersama peneliti di dunia ini, berkat Inspirasi serta Amanah dari alm. sehingga dapat menghantarkan peneliti ke bangku perkuliahan.

**Saudara Muhammad Adytia windra**

Terimakasih adik tercinta untuk segala dukungan, semangat, dan motivasi kepada peneliti selama proses perkuliahan hingga menyelesaikan perkuliahan ini.



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## KATA PENGANTAR

### *Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Puji syukur kepada Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga kami dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Self Control Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa”**. Laporan skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mengerjakan skripsi pada program strata-1 di jurusan Psikologi (S.Psi). Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini kami mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Leny Nofianti, MS., SE., AK, CA., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, atas dedikasi dan komitmen beliau dalam memimpin serta meningkatkan mutu Universitas Islam Negri Sultan Syarif Kasim Riau ke tingkat yang lebih baik.
2. Bapak Dr. Khusnadi, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Bapak Dr. H. Zuriyatul Khairi, M.Ag., M.Si, Ibu Dr. Vivik Shofiah, M. Si, Ibu Dr. Yuslenita Muda S.Si., M. Sc, selaku Wakil Dekan I, II dan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
4. Ibu Dr. Sri Wahyuni, S. Psi, MA, selaku Ketua Prodi dan Ibu Ricca Anggreini Munthe, S.Psi., MA, selaku Sekretaris Prodi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dan selaku penasehat akademik peneliti



UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

- selama menempuh pendidikan yang telah bersedia meluangkan waktu, memberi dukungan, semangat demi kemajuan akademik peneliti.
5. Bapak Dr. Khairil Anwar, S.Ag., MA. Selaku Dosen Peneasehat Akademik atas ketulusan nya dalam membimbing , mengarahkan, serta memotivasi peneliti selama masa perkuliahan.
  6. Ibu Salmiyati, S.Psi, M. Psi, Psikolog, selaku dosen pembimbing. Terimakasih saya ucapan kepada ibu yang telah bersedia membimbing, memberikan semangat, serta kesabaran kepada saya dalam proses penelitian ini. Membimbing peneliti dari awal Teknik Penyusunan Proposal, meluangkan waktu, tenaga di tengah segala kesibukan yang dijalani serta banyak ilmu yang peneliti dapatkan dari ibu sehingga peneliti mampu menyelesaikan penulisan skripsi ini.
  7. Ibu Yuli Widiningsih, M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji 1 yang telah banyak memberikan masukan dan saran selama peneliti melewati proses demi proses penyusunan skripsi.
  8. Ibu Raudatussalamah, S.Psi., M.Si., selaku dosen penguji 2 yang telah banyak membeberikan masukan dan saran selama peneliti melewati masa proses demi proses penyusunan skripsi.
  9. Seluruh Dosen di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah memberikan ilmunya dan pengetahuan kepada peneliti. Semoga apa yang telah diberikan dapat menjadi bekal untuk kehidupan peneliti dan sebagai ladang amal jariyah bagi Bapak dan Ibu dosen.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

10. Seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah memberikan dukungan moral kepada penulis.
11. Teristungewa untuk Ayahanda Erwin Asmar dan Ibunda Yendrawati yang telah memeberikan kasih sayang, pengorbanan, dukungan yang tak henti-hentinya mengirimkan do'a.
12. Terimakasih untuk Adik tercinta Muhammad Adytia Windra, serta seluruh keluarga besar kami, atas doa, bimbingan, serta kasih sayang selalu tercurah selama ini.
13. Keluarga besar Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Khusus teman-teman seperjuangan kelas F'20, sudah menjadi bagian dari perjalanan penulis selama masa perkuliahan.
14. Ivo Amaliah S.Pd tempat peneliti berkeluh kesah, tempat peneliti bertanya mengenai dunia perkuliahan, memberikan semangat, juga membantu peneliti dalam melakukan proses penulisan skripsi.
15. Puan Aisyah Maharani S.Psi sebagai teman satu pembimbing yang bersedia bertukar pikiran dan saling melengkapi selama proses dari awal penyusunan skripsi.
16. Yola Komalasari S.Psi dan Tarania Qudri S.Psi yang banyak membantu peneliti dalam penulisan skripsi dan menemani peneliti dalam menjalankan penelitian selama masa penulisan skripsi.
17. Indah Apriliani S.Psi sebagai teman yang selalu memberikan dukungan kepada peneliti selama masa perkuliahan hingga sampai ke tahap penulisan skripsi, selalu mendengarkan peneliti baik senang maupun susah.



UIN SUSKA RIAU

© Hak Cipta

milik UIN Suska Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

18. Mardho Tillah S.Ak teman KKN peneliti yang sangat membantu peneliti dalam keterpurukan peneliti rasakan di masa skripsi yang tidak bisa peneliti sampaikan dalam tulisan ini.
19. Rifa Afzalurrahmah S.Psi sebagai teman peneliti yang mau peneliti repotkan di proses akhir skripsi peneliti.
20. Serta kepada seluruh pihak yang tak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan banyak kebaikan untuk peneliti.

Skripsi ini peneliti susun dengan segenap daya dan upaya. Namun, sebagai manusia tentunya memiliki keterbatasan. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati peneliti menerima kritik dan saran dari pembaca. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

*Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatu*

Pekanbaru, 25 Juni 2025

Penulis

UIN SUSKA RIAU



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR ISI

### LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING

### PENGESAHAN PENGUJI

### PERNYATAAN TIDAK PLAGIASI

MOTTO .....	i
PERSEMBERAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR LAMPIRAN .....	x
ABSTRAK .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian .....	10
D. Manfaat Penelitian .....	10
E. Keaslian Penelitian .....	11
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>13</b>
A. Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	13
1. Definisi Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	13
2. Aspek Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	15
3. Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	15
B. <i>Self Control</i> .....	17
1. Definisi <i>Self Control</i> .....	17
2. Dimensi <i>Self Control</i> .....	19
3. Faktor-Faktor <i>Self Control</i> .....	20
C. Kerangka Pemikiran .....	21
D. Hipotesis .....	24



UIN SUSKA RIAU

©

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>25</b>
A. Desain Penelitian .....	25
B. Identifikasi Variabel Penelitian .....	25
C. Definisi Operasional .....	25
D. Populasi, Sampel Penelitian dan Teknik Sampling .....	27
E. Metode Pengumpulan Data.....	29
F. Validitas dan Reliabilitas .....	33
G. Metode Analisi Data .....	38
H. Lokasi dan Jadwal Penelitian .....	39
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>40</b>
A. Pelaksanaan Penelitian.....	40
B. Hasil Penelitian .....	41
1. Demografi Sampel Penelitian .....	41
2. Uji Asumsi .....	42
3. Uji Hipotesis .....	45
4. Analisis Tambahan.....	46
C. Pembahasan .....	53
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>57</b>
A. Kesimpulan .....	57
B. Saran .....	57
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>59</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>61</b>



UIN SUSKA RIAU

© Hak Cipta UIN Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Mahasiswa Aktif Fakultas Psikologi UIN Suska Riau .....	28
Tabel 3. 2	Alternatif Pilihan Jawaban Model Skala <i>Likert</i> .....	31
Tabel 3. 3	<i>Blue Print The Brief Self-Control Scale</i> (Sebelum Try Out).	31
Tabel 3. 4	Alternatif Pilihan Jawaban Model Skala <i>Likert</i> .....	32
Tabel 3. 5	<i>Blue Print Skala Modifikasi Kecemasan Berbicara di Depan umum (Sebelum Try Out)</i> .....	32
Tabel 3. 6	<i>Blue Print Skala Self Control (Setelah Try Out)</i> .....	35
Tabel 3. 7	<i>Blue Print Skala Self Control (Untuk Penelitian)</i> .....	36
Tabel 3. 8	<i>Blueprint Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Setelah Try Out) .....</i>	36
Tabel 3. 9	<i>Blue Print Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Untuk Penelitian)</i> .....	37
Tabel 3. 10	Hasil Uji Reliabilitas.....	38
Tabel 3. 11	Jadwal Penelitian .....	39
Tabel 4. 1	Data Demografis Responden Penelitian .....	41
Tabel 4. 2	Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov.....	43
Tabel 4. 3	Hasil Uji Linieritas.....	44
Tabel 4. 4	Hasil Uji Hipotesis.....	45
Tabel 4. 5	Data Deskripsi Variabel <i>Self Control</i> dan Kecemasan Berbicara di Depan umum .....	47
Tabel 4. 6	Pedoman Penetuan Kategorisasi Data Penelitian .....	49
Tabel 4. 7	Norma Kategorisasi Variabel <i>Self Control</i> .....	50
Tabel 4. 8	Hasil Variabel <i>Self Control</i> .....	50
Tabel 4. 9	Norma Kategorisasi Variabel Kecemasan Berbicara di Depan Umum .....	51
Tabel 4. 10	Hasil Variabel Keemasan Berbicara di Depan Umum .....	51
Tabel 4. 11	Hasil uji Aspek <i>Self Control</i> .....	52



UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **DAFTAR LAMPIRAN**

**LAMPIRAN A** : Lembar Validasi Alat Ukur

**LAMPIRAN B** : Skala *TryOut*

**LAMPIRAN C** : Tabulasi Data *TryOut*

**LAMPIRAN D** : Uji Validitas dan Reliabilitas

**LAMPIRAN E** : Skala Penelitian

**LAMPIRAN F** : Tabulasi Data Penelitian

**LAMPIRAN G** : Uji Asumsi

**LAMPIRAN H** : Uji Hipotesis

**LAMPIRAN I** : Surat Izin dan Surat Telah Melakukan Penelitian



UIN SUSKA RIAU

©

## HUBUNGAN SELF CONTROL DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA

Oleh :

**Shintia Nuraisyah Windra**

Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

[Shintianuraisyah73@mail.com](mailto:Shintianuraisyah73@mail.com)

### ABSTRAK

Kecemasan berbicara di depan umum merupakan suatu kondisi dimana ketidaknyamanan yang dirasakan oleh individu pada saat membayangkan atau sedang berbicara di depan banyak orang. Kondisi ini dapat terjadi pada mahasiswa, seperti saat presentasi, menyampaikan argument di forum organisasi. *Self Control* merupakan salah satu faktor yang dapat membantu mahasiswa menguasai kecemasan berbicara di depan umum. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan self control dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. Subjek pada penelitian ini berjumlah sebanyak 220 orang mahasiswa yang didapat melalui Teknik *random sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala *Self Control* skala adaptasi dari De Ridder et al. (2020), skala bahasa Inggris yang telah di adaptasi kedalam bahasa Indonesia oleh (Arifin & Milla, 2020) dan skala kecemasan berbicara di depan umum yang disusun oleh Annisa Fitria Sitorus Pane (2022) yang mengacu pada aspek kecemasan berbicara di depan umum yang di kemukakan oleh Semiun (2006). Berdasarkan analisis *pearson product moment* diperoleh hasil terdapat hubungan *Self Control* dan kecemasan di depan umum dengan nilai koefisien (*r*) sebesar -0,393 dan nilai signifikan 0,000 (*p*<0,01). Hal ini berarti semakin tinggi *Self Control* maka semakin rendah kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa.

**Kata Kunci:** *self control*, kecemasan berbicara di depan umum, mahasiswa

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Hak cipta milik UIN Sultan Syarif Kasim Riau



UIN SUSKA RIAU

## **THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF CONTROL AND PUBLIC SPEAKING ANXIETY IN STUDENTS**

*By :*

**Shintia Nuraisyah Windra**

Faculty of Psychology

State Islamic University Sultan Syarif Kasim Riau

[Shintianuraisyah73@gmail.com](mailto:Shintianuraisyah73@gmail.com)

### **ABSTRACT**

*Public speaking anxiety is a condition in which an individual experiences discomfort when imagining or actually speaking in front of a large audience. This condition can occur among university students, such as during presentations or when expressing arguments in organizational forums. Self-control is one factor that can help students manage their public speaking anxiety. This study aims to examine the relationship between self-control and public speaking anxiety in university students. The study involved 220 students, selected using a random sampling technique. Data collection utilized the Self-Control Scale, an adaptation from De Ridder et al. (2020), originally in English and later adapted into Indonesian by Arifin & Milla (2020). Additionally, the study used a public speaking anxiety scale developed by Annisa Fitria Sitorus Pane (2022), which refers to the aspects of public speaking anxiety proposed by Semiun (2006). Based on Pearson's product-moment correlation analysis, the results show a significant relationship between self-control and public speaking anxiety, with a correlation coefficient ( $r$ ) of -0.393 and a significance value of 0.000 ( $p < 0.01$ ). This indicates that the higher the self-control, the lower the public speaking anxiety among university students.*

**Keywords:** self control, public speaking anxiety, students

**UIN SUSKA RIAU**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan agen perubahan di masyarakat. Salah satu peran yang harus dilakukan mahasiswa adalah merubah lingkungan sosial di masyarakat dengan *soft skill* yang dimiliki. Salah satu *soft skill* yang perlu dimiliki mahasiswa adalah kemampuan untuk mengungkapkan ide di depan umum atau berbicara di depan umum, kemampuan ini dapat dilatih melalui proses pembelajaran di kampus. Seperti pada saat melaksanakan presentasi di depan kelas, setiap mahasiswa berbicara ataupun pada saat kegiatan-kegiatan mahasiswa. Burhanudin (2016) menyatakan bahwa berbicara di depan *public* atau sejumlah orang atau umum merupakan kegiatan yang pada dasarnya dilakukan dalam rangka komunikasi. Sedangkan tujuannya adalah menyampaikan pikiran dan perasaan kepada orang lain agar mereka mengikuti kehendak kita.

Berbicara di depan umum merupakan kondisi di mana individu berbicara di hadapan banyak orang yang memiliki tujuan untuk memberikan informasi. Berbicara di hadapan umum sering dilakukan pada masyarakat umum termasuk mahasiswa. Berbicara di hadapan umum untuk sebagian individu adalah sesuatu yang biasa dan dapat dengan mudah dijalani, namun bagi sebagian orang dapat merasa tidak nyaman. Individu yang merasa tidak nyaman dapat tertekan jika diminta berbicara di hadapan umum. Menurut Glassman et al., (dalam Ananda & Suprihatin,

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2019) individu saat berbicara di hadapan umum lebih banyak mengurangi kontak mata, lebih sering jeda, dan penggunaan kata yang berlebihan ketika berbicara. Kondisi tersebut merupakan kecemasan berbicara di hadapan umum.

Menurut Semiu (2006), kecemasan berbicara di depan umum adalah suatu keadaan perasaan afektif yang tidak menyenangkan, disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan seseorang terhadap bahaya yang akan datang. Dalam konteks berbicara di depan umum, kecemasan ini dapat menyebabkan berbagai reaksi fisiologis seperti detak jantung meningkat, tangan berkeringat, dan kesulitan berbicara dengan lancar. Selain itu, individu yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum cenderung menghindari situasi tersebut, yang dapat berdampak pada perkembangan sosial dan profesional mereka.

Kecemasan berbicara di depan umum yaitu kondisi ketidaknyamanan pada individu ketika membayangkan atau sedang berbicara di hadapan orang yang banyak (Wahyuni, 2015). Jangir dan Govinda (dalam Ananda & Suprihatin, 2019) mengemukakan bahwa kecemasan berbicara di depan umum didefinisikan sebagai keadaan gugup, ragu, atau takut saat berbicara di depan umum. Kecemasan berbicara di depan umum banyak ditemukan pada mahasiswa. Mahasiswa sering berbicara di depan umum melalui mempresentasikan tugas atau mendapat kesempatan untuk berbicara di depan umum.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Didasarkan pada pendapat Juneman (dalam Kasih & Sudarji, 2012) mengenai salah satu kualifikasi yang wajib dimiliki oleh mahasiswa Program Studi Psikologi lulusan Strata 1 adalah mampu berkomunikasi secara efektif baik lisan maupun tulisan. Kenyataannya yang terjadi adalah mahasiswa gugup, gemetar dan keringat dingin ketika harus menyampaikan pendapatnya di depan umum. 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.

Dari penelitian terdahulu peneliti mendapatkan fenomena yang terjadi di Fakultas Psikologi UIN Suska Riau. Fitriadi (2020) melakukan wawancara dan observasi pada tanggal 20 November 2018 dengan 5 orang mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau. Didapatkan hasil bahwa mereka mengalami ketakutan saat melakukan presentasi dan itu membuat mereka mengalami kecemasan berbicara di depan umum. Kecemasan yang dialami seperti jantung berdebar dan berkeringat serta subjek mengaku bahwa kecemasan seperti ini selalu terjadi ketika sedang berbicara di depan umum atau melakukan presentasi di depan kelas. Fenomena lainnya juga didukung dengan temuan peneliti yang terdapat pada penelitian terdahulu pada beberapa di Universitas yang ada di Indonesia.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Fenomena kecemasan berbicara di depan umum salah satunya dapat dilihat pada penelitian sebelumnya, yakni penelitian yang dilakukan oleh (Kasih & Sudarji, 2012) dimana penelitiannya mengatakan berdasarkan pengalaman peneliti selama menjalani perkuliahan di Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia Jakarta, permasalahan mengenai kecemasan komunikasi juga terjadi pada mahasiswa. Hal ini peneliti ketahui melalui pengalaman pribadi serta wawancara yang dilakukan kepada beberapa rekan mahasiswa yang mengatakan bahwa menjelang presentasi di depan kelas mereka merasakan lemas pada lututnya, mengeluarkan keringat yang berlebih, jantung berdebar dengan kencang, dan malam sebelum presentasi mengalami kesulitan tidur.

Pembahasan mengenai kecemasan berkomunikasi tidak dapat dilepaskan dari wacana kecemasan secara umum. Chaplin (dalam Kasih & Sudarji, 2012) menyatakan kecemasan (Anxiety), dalam psikologi didefinisikan sebagai perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut serta bersifat individual. Menurut Nevid dkk (dalam Kasih & Sudarji, 2012) kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

Sedangkan kecemasan komunikasi di depan umum adalah suatu perasaan yang terancam, tidak menyenangkan dengan diikuti oleh reaksi

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

fisik dan psikis akibat kekhawatiran tidak mampu menyesuaikan atau menghadapi situasi pada saat berbicara di depan umum (publik speaking) tanpa sebab khusus yang pasti, yang muncul sebelum atau selama berkomunikasi di depan umum. Reaksi yang muncul pada saat cemas antara lain adalah perasaan yang tidak jelas, tidak berdaya, dan tidak pasti apa yang akan dilakukan. Kecemasan sering timbul dalam menghadapi masalah sehari-hari (Muslimin, 2013).

Kecemasan berkomunikasi yang dialami pembicara berpengaruh terhadap proses komunikasi yang dilakukannya. Buku *The Interpersonal Communication Book* (Devito, 2001), mengungkapkan bahwa kecemasan berkomunikasi merujuk pada rasa malu, keengganan berkomunikasi, ketakutan berbicara di depan umum, dan sikap pendiam dalam interaksi komunikasi. Kecemasan berkomunikasi pada mahasiswa saat berbicara di depan umum banyak dialami saat berada dalam situasi tertentu seperti persentasi ke lompok. Kecemasan komunikasi yang semakin meningkat dapat menghambat komunikasi antar kelompok yaitu antara pembicara dengan audien (Muslimin, 2013).

Peneliti juga menemukan penelitian terdahulu beberapa fenomena yang juga terjadi pada mahasiswa, yang penulis dapatkan dari Rahayu dkk (dalam Muslimin, 2013) pada mahasiswa Akta IV Universitas Islam Negeri (UIN) Malang menghasilkan data 45,56% mahasiswa mempunyai kecemasan tinggi, 35,27% mahasiswa mempunyai kecemasan sedang, dan 20,23% mahasiswa mempunyai kecemasan rendah dalam hal berbicara di

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

depan umum. Berdasarkan hasil penelitian Suwandi (2004) di Fakultas Teologi Universitas Sanata Dharma, 32,8% mahasiswa mengalami kecemasan sedang, 48,3% mahasiswa mengalami kecemasan tinggi dan 12,1% mahasiswa mengalami kecemasan sangat tinggi dalam situasi berbicara di depan umum. Penelitian tersebut juga diperkuat dengan hasil observasi dan wawancara penelitian di fakultas Universitas Sahid Surakarta dan Magister Profesi Psikologi UGM Yogyakarta, sejumlah mahasiswa masih mengalami kecemasan yang dirasa mengganggu pada saat berbicara di depan umum. Seseorang yang mengalami kecemasan berkomunikasi akan merasa khawatir ketika berpartisipasi dalam berkomunikasi yang lebih luas (di depan umum) sehingga tidak mampu untuk mengantisipasi negatif. Kecemasan berkomunikasi mempunyai pengaruh dalam komunikasi antar pribadi ataupun kelompok yang menyebabkan seseorang tidak mampu berkomunikasi di depan umum dengan baik. Perasaan cemas tersebut bisa saja disebabkan oleh faktor internal maupun eksternal.

Kemudian data terdahulu juga penulis dapatkan, oleh (Harnanda & Soetjiningsih, 2023) Berdasarkan fenomena yang terjadi disekitar penulis sebagai mahasiswa juga menunjukan kecemasan berbicara saat presentasi. Hal ini terbukti dari hasil wawancara penulis pada 10 mahasiswa Psikologi UKSW angkatan 2021-2022, sebanyak 8 orang menyatakan bahwa saat presentasi mereka merasa gugup ketika berbicara didepan umum karena merasa kurang dalam memahami materi yang mereka bawakan, 2 lainnya

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

merasa belum terbiasa berbicara didepan umum sehingga memunculkan efek gemetar, suara tidak stabil dan keringat berlebih saat presentasi.

Menurut Semiu (2006), kecemasan berbicara di depan umum merupakan kondisi psikologis yang ditandai dengan ketegangan emosional dan ketidaknyamanan ketika individu membayangkan atau menghadapi situasi berbicara di hadapan banyak orang. Ketidakmampuan individu dalam mengelola kecemasan ini dapat berdampak pada performa komunikasi serta kepercayaan diri mereka. Kemudian pada teori *self-control* yang dikemukakan oleh Dee Rider et al. menunjukkan bahwa kemampuan individu dalam mengendalikan emosi, impuls, dan respon terhadap stres dapat membantu mengurangi dampak negatif kecemasan berbicara di depan umum. Maka dari itu individu yang memiliki *self-control* yang tinggi cenderung mampu mengatur pikiran serta reaksi mereka terhadap situasi yang memicu kecemasan, sehingga mereka lebih tenang dan percaya diri ketika harus berbicara di depan banyak orang.

Monarth dan Kase (dalam Haryanti & Nia, 2012) juga menyebutkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor biologis, faktor pikiran negatif, faktor perilaku menghindar, dan faktor emosional. Faktor emosi yang terdapat di dalam kecemasan berbicara di depan umum berkaitan dengan *self control* sebagaimana telah dikemukakan oleh De Ridder et al. (2011) bahwasannya *self control* yaitu bagaimana individu mampu menuju hasil yang diinginkan dengan mengendalikan emosi dan perasaan serta

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dorongan yang ada dalam diri individu sehingga individu itu mampu menghasilkan keputusan dan tindakan yang berhasil sesuai dengan standar yang baik.

Sebagai seorang mahasiswa tentunya tindakan *self control* harus dapat diterapkan dalam diri setiap individu, mencegah diri dari tindakan yang tidak seharusnya muncul pada saat kondisi tertentu, seperti sedang melakukan persentasi di depan kelas. Menurut Duckworth dan Steinberg (2016), *self-control* adalah kapasitas individu untuk mere gulasi perhatian (atenasi), emosi, dan perilaku yang dilakukan individu secara sukarela untuk menghadapi gangguan yang bertentangan dengan tujuannya. *Self control* diperlukan saat individu berada dalam situasi konflik di antara dua kemungkinan tindakan yang ingin dilakukan. Satu mengarah pada tujuan yang sifatnya sementara, sementara satu lagi mengarah pada tujuan yang lebih bermakna (dalam Jesslyn & Ellen, 2019).

Sebagai mahasiswa yang tugas utamanya adalah belajar/kuliah, bila mempunyai kontrol diri yang tinggi, mereka akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Mereka mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, mempertimbangkan konsekuensinya sehingga mampu memilih tindakan dan melakukannya dengan meminimalkan akibat yang tidak diinginkan. Mereka mampu mengatur stimulus sehingga dapat menyesuaikan perilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang perkuliahan. Dengan kontrol diri yang rendah, mahasiswa tidak mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Mahasiswa tidak mampu

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, tidak mampu mempertimbangkan konsekuensi yang mungkin dihadapi sehingga tidak mampu memilih tindakan yang tepat (Nuryadi, 2017).

Berdasarkan uraian di atas masih sedikit ditemukan yang mengaitkan antara ke dua variabel X dan Y seperti pada penelitian ini, yakni variabel X merupakan *self control* dan akan di kaitkan dengan variabel Y kecemasan berbicara di depan umum. Peneliti tertarik menggabungkan kedua variabel ini di karenakan banyak nya penelitian terdahulu yang menguraikan mengenai *self control* seperti yang terdapat dalam Duckworth dan Steinbergh (2016) *self control* adalah kapasitas individu untuk meregulasi perhatian (atenzi), emosi, dan perilaku yang dilakukan individu secara sukarela untuk menghadapi gangguan yang bertentangan dengan tujuannya, tetapi sedikit ditemukan yang mengaitkan dengan kecemasan berbicara di depan umum, karna banyak penelitian terdahulu yang peneliti dapatkan bahwasanya kecemasan berbicara di depan umum menjadi salah satu masalah yang banyak di temukan pada mahasiswa, seperti terdapat (dalam Muslimin, 2013) Reaksi yang muncul pada saat cemas antara lain adalah perasaan yang tidak jelas, tidak berdaya, dan tidak pasti apa yang akan dilakukan. Kecemasan sering timbul dalam menghadapi masalah sehari-hari. Maka dari permasalahan ini peneliti akan mengaitkan apakah adanya hubungan antara *self control* dengan kecemasan berbicara di depan umum.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**B. Rumusan Masalah**

Dengan pertimbangan pemaparan yang telah disajikan pada latar belakang masalah maka peneliti dapat merumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut: apakah terdapat Hubungan antara *Self Control* dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada mahasiswa.

**C. Tujuan Penelitian**

Dari rumusan masalah yang telah peneliti dapatkan tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan *Self Control* Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa.

**D. Manfaat Penelitian****B. Manfaat Teoritis**

Dengan adanya tulisan ini dapat menambah khazanah dan menjadi salah satu sumber bacaan/literatur dalam penulisan karya ilmiah dengan topik Hubungan *Self Control* dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa

**2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini sekiranya dapat menjadi sumber bacaan dan pengetahuan bagi peneliti selanjutnya, diharapkan juga dapat menjadi wawasan terkait *self control* dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada mahasiswa.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## E. Keaslian Penelitian

Penelitian terkait Kecemasan Berbicara di Depan Umum sudah cukup banyak peneliti temukan terutama pada mahasiswa. Pada penelitian ini peneliti mengubah variabel menjadi *self control*. Hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian terdahulu yaitu terletak pada kriteria subjek, jumlah subjek, dan tempat penelitian. Berikut ini adalah beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan masalah penelitian ini, yang dapat memberikan wawasan tentang ke unikan penelitian ini.

Pada penelitian pertama yaitu “Hubungan Antara Berpikir Positif dan Efikasi Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Unissula” penelitian yang dilakukan oleh Luthfia & Titin (2019), hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara berpikir positif dan efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum, selain itu juga terdapat hubungan negatif yang signifikan antara berpikir positif dan efikasi dengan berbicara di depan umum sehingga dapat mempengaruhi kecemasan berbicara di depan umum jika semakin sedikit individu berpikir positif, juga terdapat hubungan negatif yang tidak signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum. Pada penelitian ini peneliti mengubah variabe l yang mana pada penelitian terdahulu variabe l X mengarah kepada “Berpikir Posiitif dan Efikasi Diri” sementara variabe l X yang di angkat peneliti pada penelitian ini yaitu terkait dengan “*Self Control*”, subjek pada penelitian terdahulu dengan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

penelitian ini mengangkat sample subjek yang sama yaitu pada Mahasiswa.

Pada penelitian kedua yaitu “Kecende rungan *Public Speaking Anxiety* Pada Mahasiswa” penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati dkk (2023), hasil penelitian menunjukkan bahwa kecenderungan *public speaking anxiety* pada mahasiswa dikategorikan dalam keadaan sedang, dimana jumlah mahasiswa yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak mengalami hal tersebut pada universitas pendidikan indonesia angkatan 2021. Pada penelitian yang peneliti lakukan ini melihat kaitan *public speaking anxiety* dengan *self control* pada mahasiswa.

Pada penelitian ketiga yaitu “Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Berkommunikasi di Depan Umum (Kasus Mahasiswa Fakultas Dakwah INISNU Je para)” penelitian yang dilakukan oleh Khoirul Muslimin (2013), hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan berkommunikasi di depan umum, dengan mengambil subjek sample kasus yang terdapat pada mahasiswa fakultas dakwah universitas INISNU di jepara, sehingga pada penelitian terdahulu ini terdapat pernyataan dari data yang telah di peroleh bahwa kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa dalam kategori tinggi. Pada penelitian yang peneliti lakukan ini ingin melihat adanya kaitan antara kecemasan berbicara di depan umum dengan *self control* pada mahasiswa.



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Kecemasan Berbicara di Depan Umum

##### 1. Definisi Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Menurut Semiun (2006), kecemasan berbicara di depan umum adalah suatu keadaan perasaan afektif yang tidak menyenangkan, disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan seseorang terhadap bahaya yang akan datang. Dalam konteks berbicara di depan umum, kecemasan ini dapat menyebabkan berbagai reaksi fisiologis seperti detak jantung meningkat, tangan berkeringat, dan kesulitan berbicara dengan lancar. Selain itu, individu yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum cenderung menghindari situasi tersebut, yang dapat berdampak pada perkembangan sosial dan profesional mereka.

Monarth & Kase menyebutkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor biologis, faktor pikiran negatif, faktor perilaku menghindar, dan faktor emosional (Haryanthi & Nia, 2012).

Menurut Atkinson (dalam Muslimin, 2013) kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan istilah-istilah seperti “Kekhawatiran”, “Keprihatinan”, dan “Rasa Takut”, yang kadang-kadang dialami dalam tingkat yang berbeda-beda. Sedangkan kecemasan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

komunikasi di depan umum adalah suatu perasaan yang terancam, tidak menyenangkan dengan diikuti oleh reaksi fisik dan psikis akibat kekhawatiran tidak mampu menyesuaikan atau menghadapi situasi pada saat berbicara di depan umum (*public speaking*) tanpa sebab khusus yang pasti, yang muncul sebelum atau selama berkomunikasi di depan umum. Reaksi yang muncul pada saat cemas antara lain adalah perasaan yang tidak jelas, tidak berdaya, dan tidak pasti apa yang akan dilakukan. Kecemasan sering timbul dalam menghadapi masalah sehari-hari.

Kecemasan berbicara di depan umum juga dapat didefinisikan sebagai perasaan tidak nyaman dan tidak menyenangkan yang memicu rasa takut untuk berbicara, pidato, juga sekedar menyampaikan pendapat di muka umum secara personal atau kelompok, sehingga pesan tidak dapat tersampaikan secara sempurna, semuanya itu masuk dalam reaksi psikologis, fisiologis, dan reaksi perilaku secara umum. Dapat disimpulkan bahwa kecemasan berbicara di depan umum adalah suatu kondisi adanya tekanan fisik dan psikis ketika harus berbicara atau menyampaikan pikiran, gagasan, dan perasaan di muka umum (Bukhori, 2016).

Dari uraian di atas dapat diartikan bahwa perilaku kecemasan berbicara di depan umum merupakan gangguan dari tekanan fisik dan psikis yang dialami oleh individu di saat melakukan aktivitas harian yang mana aktivitas tersebut berkaitan dengan komunikasi dengan orang-orang sekitar, terutama di saat individu tersebut tampil di depan umum, yang

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dapat di pengaruhi oleh banyak faktor baik itu dari faktor internal maupun eksternal.

## **2. Aspek Kecemasan Berbicara di Depan Umum**

Kecemasan berbicara di depan umum diukur berdasarkan aspek kecemasan oleh (Semiun, 2006), yaitu :

1. Aspek suasana hati seperti kecemasan, tegang, panik dan kekhawatiran.
2. Aspek kognitif seperti kekhawatiran dan keprihatinan yang diantisipasi, misalnya takut berada di tengah khalayak ramai (agorapho).
3. Aspek somatik, aspek-aspek somatik masih dibagi dua ke lompok yaitu pertama adalah aspek langsung seperti: keringat, mulut kering, bernapas pendek, denyut nadi cepat. Kedua, aspek tambahan seperti tekanan darah meningkat secara kronis, sakit kepala, dan gangguan usus.
4. Aspek motor seperti: menggerakan jari-jari kaki, mengetukmengetuk, dan sangat kaget terhadap suara yang terjadi secara tiba-tiba.

## **3. Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Berbicara di Depan Umum**

Menurut Monarth dan Kase (dalam Haryanthi & Nia, 2012) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi individu mengalami kecemasan berbicara di depan umum, adalah sebagai berikut :

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**1. Faktor Biologis**

Rasa takut maupun cemas dialami semua orang ketika berhadapan dengan bahaya. Pada saat menghadapi situasi yang membuatnya merasa tidak nyaman, respon fisiologis yang tampak adalah, pertama, sistem saraf simpatik memproduksi & melepaskan adrenalin yaitu suatu hormon fight (Menghadapi) dan flight (Menghindari) situasi bahaya. Kedua, detak jantung berdebar dengan kuat, tekanan darah naik, wajah bersemu merah. Ketiga, merasakan adanya sensasi dingin dan gemetar pada tangan dan kaki. Keempat, nafas memburu dengan cepat, sulit mengatur pernafasan dan mengalami sakit ke pala ringan. Kelima, berkeringat pada sekujur tubuh.

**2. Faktor Pikiran Negatif**

Pikiran akan memicu respon biologis sebaliknya adakalanya respon biologis yang menampakkan kecemasan dan pikiran negatif akan menyertainya. Pikiran negatif yang umumnya timbul, pertama bahwa berbicara di depan umum menakutkan. Kedua, pikiran yang terlalu berlebihan terhadap konsekuensi negatif dari suatu situasi sosial. Ketiga, penalaran emosi merupakan suatu pemikiran tentang adanya perasaan cemas misalnya sakit perut akan menyebabkan individu mengungkapkan pendapat dengan buruk. Keempat, Adanya perasaan kurang mampu mengatasi beberapa kesulitan pada situasi sosial. Kelima, fokus terhadap aspek negatif dari suatu situasi dan mengabaikan hal-hal yang positif.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**3. Faktor Perilaku Menghindar**

Respon yang alami saat mengalami kecemasan adalah bagaimana agar dapat lepas dari kondisi tersebut dengan strategi menghindar (Monarth & Kase , 2007). Kita ingin menghindari situasi yang membuat tegang tersebut secepat mungkin dan tidak ingin kembali pada situasi yang sama.

**4. Faktor Emosional**

Saat kita menunjukkan situasi takut, kita mengalami respon fisiologis, kognitif dan perilaku yang menggambarkan situasi tersebut sehingga kita sendiri yang mengembangkan rasa takut terhadap situasi tertentu. Individu tersebut cenderung merasakan perasaan cemas, takut, khawatir, merasa tidak mudah menghadapi situasi sosial, tegang, panik, dan gugup menghadapi situasi berbicara di depan umum. Saat individu menghindari situasi berbicara di depan publik tersebut, mereka menyadari implikasinya terhadap karir dan kehidupan sosial. Hal tersebut menyebabkan perasaan depresi, murung, frustrasi, putus asa, dan perasaan takut.

**B. *Self Control*****1. Definisi *Self Control***

De Ridder et al. (2011) bahwasannya *self control* yaitu bagaimana individu mampu menuju hasil yang diinginkan dengan mengendalikan emosi dan perasaan serta dorongan yang ada dalam diri individu

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sehingga individu itu mampu menghasilkan keputusan dan tindakan yang berhasil sesuai dengan standar yang baik.

Tangney, Baumeister and Boone (2004), Averill (2011). Calhoun dan Acocella (1990) (dalam Marsela & Supriatna, 2019) mengatakan bahwa kontrol diri adalah pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Pengertian yang di maksud menekankan pada kemampuan dalam mengelolah yang perlu di berikan sebagai bekal untuk membentuk pola prilaku pada individu yang mencakup dari keseluruhan proses yang membentuk dalam diri individu yang berupa pengaturan fisik, psikologis, dan perilaku.

Tangney, Baumeister & Boone (2004) *self control* merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seputermoral, nilai dan aturan dimasyarakat agar mengarah pada perilaku positif. Dapat diartikan bahwa seseorang secara mandiri mampu memunculkan perilaku positif. Kemampuan kontrol diri yang terdapat pada seseorang memerlukan peranan penting interaksi dengan orang lain dan lingkungannya agar membentuk kontrol diri yang matang, hal tersebut dibutuhkan karena ketika seseorang diharuskan untuk memunculkan perilaku baru dan mempelajari perilaku tersebut dengan baik (dalam Marsela & Supriatna, 2019).

Menurut Duckworth and Steinberg (2016), *self-control* adalah kapasitas individu untuk meregulasi perhatian (attensi), emosi, dan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

perilaku yang dilakukan individu secara sukarela untuk menghadapi gangguan yang bertentangan dengan tujuannya. *Self control* diperlukan saat individu berada dalam situasi konflik di antara dua kemungkinan tindakan yang ingin dilakukan. Satu mengarah pada tujuan yang sifatnya sementara sementara satu lagi mengarah pada tujuan yang lebih bermakna (dalam Jesslyn & Ellen, 2019).

Dari uraian teori terdahulu dapat dikatakan *self control* merupakan pengendalian diri yang dapat dilakukan oleh individu dalam penentuan sikap yang ditimbulkan saat berada di depan umum. Kemampuan *self control* yang baik pada individu tidak lepas dari bagaimana peranan interaksi individu itu sendiri dengan orang lain dan lingkungannya agar dapat membentuk *self control* yang baik.

## **2. Dimensi *Self Control***

Terdapat dua dimensi dalam pengukuran *self control* yang dikemukakan oleh De Ridder (2011) (dalam Arifin & Milla, 2020), sebagai berikut :

1. Inhibisi, Merupakan kemampuan individu dalam menahan diri dari godaan impuls, seperti emosi atau perilaku.
2. Inisiasi, Merupakan kemampuan individu dalam memulai perilaku yang difokuskan untuk mencapai tujuan tertentu yang diinginkan atau bertindak dengan orientasi jangka panjang.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**3. Faktor-Faktor *Self Control***

Menurut Ghufron dan Risnawati (dalam Marsela & Supriatna, 2019) membagi faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kontrol diri menjadi 2 (dua), yaitu :

**1. Faktor Internal**

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Cara orang tua menegakkan disiplin, cara orang tua merespon kegagalan anak, gaya berkomunikasi, cara orang tua mengekspresikan kemarahan (penuh emosi atau mampu menahan diri) merupakan awal anak belajar tentang kontrol diri. Seiring dengan bertambahnya usia anak, bertambah pula komunitas yang mempengaruhinya, serta banyak pengalaman sosial yang dialaminya, anak belajar merespon kekecewaan, ketidak suakaan, kegagalan, dan belajar untuk mengendalikannya, sehingga lama-kelamaan kontrol tersebut muncul dari dalam dirinya sendiri. Menurut Baumeister & Boden (1998) mengemukakan bahwa faktor kognitif yaitu berkenaan dengan kesadaran berupa proses-proses seseorang menggunakan pikiran dan pengetahuannya untuk mencapai suatu proses dan cara-cara yang tepat atau strategi yang sudah dipikirkan terlebih dahulu. Individu yang menggunakan kemampuan diharapkan dapat memanipulasi tingkah laku sendiri melalui proses intelektual. Jadi kemampuan intelektual individu dipengaruhi seberapa besar individu memiliki kontrol diri.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**2. Faktor eksternal**

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan dan keluarga.

Faktor lingkungan dan ke luarga merupakan faktor eksternal dari kontrol diri. Orang tua yang menentukan kemampuan mengontrol diri seseorang. Salah satunya yang diterapkan oleh orang tua adalah disiplin, karena sikap disiplin dapat menentukan kepribadian yang baik dan dapat mengendalikan prilaku pada individu. Kedisiplinan yang diterapkan pada kehidupan dapat mengembangkan kontrol diri dan *self directions* sehingga seseorang dapat mempertanggungjawabkan dengan baik segala tindakan yang dilakukan.

**C. Kerangka Pemikiran**

Kecemasan berbicara di depan umum merupakan prilaku yang ditimbulkan oleh individu disaat melakukan aktivitas yang membuatnya merasa tidak nyaman, bahkan merasa tertekan secara fisik maupun psikis. Dalam hal ini mahasiswa seringkali mengalami perasaan cemas yang berlebihan di saat menghadapi aktivitas komunikasi secara umum, seperti saat persentasi di kelas.

Kecemasan yang di hadapi setiap individu pastinya selalu berbeda satu dengan lainnya, maka dari itu kecemasan berbicara di depan umum menjadi salah satu permasalahan tingkah laku yang menjadi penghambat bagi beberapa orang dalam aktivitas kesehariannya, terutama aktivitas di depan umum. Kecemasan berbicara di depan umum itu sendiri bisa

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menjadi salah satu konflik yang dihadapi individu dalam dirinya sendiri melakukan berbagai aktivitas umum.

Maka dari itu dengan *self control* yang dimiliki setiap individu, menjadi suatu acuan bagi diri individu tersebut, menyikapi konflik yang dihadapi, hal-hal yang sesuai dengan *self control* yang baik bagi setiap individu. Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk memiliki *self control* yang baik pada dirinya sendiri. Pemahaman yang baik dan buruk, serta batasan antara perbuatan yang baik atau buruk yang akan dilakukan pada saat mendapati konflik yang ada pada dirinya sendiri, melalui pengetahuan *self control* yang baik, hal ini sesuai dengan pernyataan (Sriyanti, 2012).

Semakin tinggi *self control* yang dimiliki oleh individu itu maka semakin baik ia dalam meregulasi dirinya saat terjadi konflik. Sebaliknya semakin rendah *self control* yang baik pada dirinya, maka perilaku yang tidak sesuai akan timbul pada dirinya disaat ia memiliki suatu konflik, pernyataan ini sesuai dengan pernyataan terdahulu dalam Duckworth dan Steinberg (2016).

Sesuai dengan aspek yang telah dijelaskan oleh De Ridder et al. (2011) mengenai *self control*, dari penjelasan terdahulu pada penelitian ini peneliti memiliki pandangan bahwa yang berkaitan antara hubungan *self control* dengan kecemasan berbicara di depan umum dapat dihubungkan dengan uraian yang ada sebagaimana berikut ini: *inhibition*, dimana kemampuan diri yang dimiliki oleh individu untuk menahan diri dari godaan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

implus seperti emosi ataupun prilaku, yang mana hal itu mengacu kepada pengendalian diri individu di saat situasi berbicara di depan umum sehingga prilaku yang di timbulkan dari dalam diri sesuai dengan kondisi pada saat itu. Kemudian *initiation*, kemampuan individu dalam memulai prilaku yang difokuskan untuk mencapai tujuan tertentu yang diinginkan atau bertindak dengan orientasi jangka panjang, yang mana ketika pengendalian diri yang baik ini dimiliki oleh diri individu nantinya dapat menghasilkan pengendalian diri yang baik saat individu dalam situasi berbicara di depan umum, pada fokus yang ditimbulkan oleh individu dapat dicapai dengan baik, sehingga menghasilkan tujuan yang diinginkan dari situasi berbicara di depan umum yang dihadapi individu

Hal ini juga sesuai dengan aspek dan faktor antara kecemasan berbicara di depan umum sebagaimana telah di kemukakan oleh Monarth dan Kase (dalam Haryanthi & Nia, 2012) bahwa kecemasan berbicara di depan umum dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor biologis, faktor pikiran negatif, faktor perilaku menghindar, dan faktor emosional. Faktor emosi yang terdapat di dalam kecemasan berbicara di depan umum berkaitan dengan *self control* sebagaimana telah dikemukakan oleh Duckworth dan Steinberg (2016), bahwa di dalam *self control* terdapat beberapa kapasitas individu untuk meregulasi dirinya salah satu nya yaitu emosi, hal ini sesuai dengan permasalahan yang akan penulis angkat pada penelitian ini yaitu melihat ada atau tidak nya hubungan *self control* dengan kecemasan berbicara di depan umum.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**D. Hipotesis**

Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “Ada Hubungan *Self Control* Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa”.



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB III

### METODEI PENELITIAN

#### A. Desain Peneltian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis rancangan penelitian korelasional, yaitu penelitian yang menyelidiki sejauh mana variasi pada satu variabel berkaitan pada satu variabel lain, berdasarkan koefisiensi korelasi, dengan penelitian korelasional peneliti dapat memperoleh informasi mengenai taraf hubungan yang terjadi (Alsa, 2010). Dalam penelitian ini variabel bebas adalah *self control* dan variabel terikat adalah kecemasan berbicara di depan umum.

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) adapun variabel yang di gunakan adalah:

1. Variabel bebas (X) : *Self Control*
2. Variabel terikat (Y) : Kecemasan berbicara di depan umum

#### C. Definisi Operasional

Dalam penelitian ini untuk membatasi ruang lingkup penelitian, maka perlu bagi peneliti membuat definisi operasional variabel yang diteliti adalah sebagai berikut:

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**1. Kecemasan Berbicara di Depan Umum**

Kecemasan berbicara di depan umum merupakan gangguan dari tekanan fisik dan psikis yang di alami oleh individu di saat melakukan aktivitas harian yang mana aktivitas tersebut berkaitan dengan komunikasi dengan orang-orang sekitar, terutama di saat individu tersebut tampil di depan umum, yang dapat di pengaruhi oleh banyak faktor baik itu dari faktor internal maupun eksternal. Adapun aspek aspek kecemasan berbicara di depan umum mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Semiun (2006), yaitu:

1. Aspek suasana hati seperti kecemasan, tegang, panik dan kekhawatiran.
2. Aspek kognitif seperti kekhawatiran dan keprihatinan yang diantisipasi, misalnya takut berada di tengah khalayak ramai (agoraphobia).
3. Aspek somatik, aspek-aspek somatik masih dibagi dua ke lompok yaitu pertama adalah aspek langsung seperti: keringat, mulut kering, bernapas pendek, denyut nadi cepat.
4. Aspek motor seperti: menggerakan jari-jari kaki, mengetukmengetuk, dan sangat kaget terhadap suara yang terjadi secara tiba-tiba.

***2. Self Control***

*Self control* merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu pada moral, nilai

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dan suatu aturan yang ada pada masyarakat agar mengarah kepada perilaku positif. Semakin tinggi dan semakin baik *self control* yang dimiliki individu maka semakin baik pula ia menjalni aktivitasnya di depan umum. Adapun dimensi *self control* menurut Dee Rider et al. yaitu:

- a. Inhibisi, Merupakan kemampuan individu dalam menahan diri dari godaan impuls, seperti emosi atau perilaku.
- b. Inisiasi, Merupakan kemampuan individu dalam memulai perilaku yang difokuskan untuk mencapai tujuan tertentu yang diinginkan atau bertindak dengan orientasi jangka panjang.

## **D. Populasi dan Sampel Subjek Penelitian**

### **1. Populasi**

Populasi adalah sekumpulan obyek, orang, atau keadaan yang paling tidak memiliki satu karakteristik umum yang sama Furqon (2001). Populasi adalah sekumpulan obyek, orang, atau keadaan yang menjadi perhatian peneliti dan akan digunakan oleh peneliti untuk menggeneralisasikan hasil penelitiannya (Fraenkel, 1990). Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono,2003).

Populasi yang berperan dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif Universitas Sultan Syarif Kasim Riau diambil dari

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

fakultas Psikologi, dengan jumlah 993 orang. Data populasi untuk penjelasan spesifik telah tertera pada tabel 3.1

**Tabel 3. 1****Mahasiswa Aktif Fakultas Psikologi UIN Suska Riau**

No	Semester	Jumlah
1.	Semester 1	166
2.	Semester 3	148
3.	Semester 5	183
4.	Semester 7	141
5.	Semester 9	214
6.	Semester 11	84
7.	Semester 13	57
<b>Total</b>		<b>993</b>

Sumber Data: Bagian Akademik Fakultas Psikologi UIN Suska Riau

## 2. Sampel Penelitian

Sesuai dengan (Latipah, 2014), sampel merupakan sebagian atau bertindak sebagai perwakilan dari populasi sehingga hasil penelitian yang berhasil diperoleh dari sampel dapat digeneralisasikan pada populasi. Karena sampel merupakan bagian dari populasi, maka sampel harus memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasinya. Suatu sampel merupakan representasi yang baik bagi populasinya sangat tergantung pada sejauh mana karakteristik sampel itu sama dengan karakteristik populasinya.

Sampel yang di dapat pada penelitian ini berjumlah 213, hasil yang di dapat berdasarkan tabel penentuan jumlah sampel dari Issac Michael dengan taraf kesalahan sebesar 10%.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**3. Teknik Pengambilan Sampel**

Metode pengambilan sampel yang di gunakan dalam penelitian ini adalah *Simple Random Sampling*. Teknik ini digunakan karena pengambilan anggota sampel dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu (Sugiono, 2018).

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa fakultas psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau yang berjumlah 993 orang. Berdasarkan pada pendapat yang peneliti ambil pada penelitian Juneman (dalam Kasih & Sudarji, 2012), mengenai salah satu kualifikasi yang wajib dimiliki oleh mahasiswa lulusan studi Psikologi strata 1 adalah mampu berkomunikasi secara efektif baik lisan maupun tulisan.

Kemudian Jumlah sampel ditentukan dengan Tabel Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan sebesar 10%, sehingga jumlah sampelnya sebesar 213. Jumlah sampel 213 ini selanjutnya diambil secara acak tanpa memperhatikan semester, kelas, usia dan jenis kelamin.

**E. Metode Pengumpulan Data**

Untuk memperoleh data yang tepat dan sesuai yang diteliti, maka diperlukan alat ukur. Dalam penelitian ini alat ukur yang digunakan adalah skala psikologi terkait dengan variabel yang akan diteliti yaitu *self control* sebagai variabel terikat dan kecemasan berbicara di depan umum sebagai

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

variabel bebas. Skala psikologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel, kemudian dari indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun aitem-aitem yang dapat berupa kalimat pernyataan atau pertanyaan. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan dua skala *Likert*, yaitu skala *the brief self-control scale* dan skala kecemasan berbicara di depan umum.

## **1. Alat Ukur**

### **1. Skala Self-Control**

Skala *Self Control* di susun berdasarkan aspek De Ridder et al. (2004). Skala ini hasil adaptasi dari skala De Ridder et al. (2020), dari bahasa Inggris yang telah diadaptasi kedalam bahasa Indonesia oleh (Arifin & Milla, 2020) yang mana jumlah keseluruhan pada skala ini berjumlah 10 item, dengan mengacu kepada dua dimensi yaitu: *inhibition* dan *initiation*.

Skala *Self Control* disusun berdasarkan modifikasi skala *Likert* yang disusun dengan empat alternatif jawaban, yaitu yang diberikan pada rentang 5 (lima) sampai 1 (satu), untuk favourable dengan ketentuan nilai 5 untuk jawaban SS (sangat setuju), nilai 4 untuk jawaban S (setuju), nilai 3 untuk jawaban N (netral), nilai 2 untuk jawaban TS (tidak setuju), dan nilai 1 untuk jawaban STS (sangat tidak setuju) kemudian untuk pernyataan unfavourable dengan ketentuan nilai 5 untuk jawaban STS (sangat tidak setuju),

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

nilai 4 untuk jawaban TS (tidak setuju), nilai 3 untuk jawaban Netral (netral), nilai 2 untuk jawaban S (setuju), dan nilai 1 untuk jawaban SS (sangat setuju).

**Tabel 3.2  
Alternatif Pilihan Jawaban Model Skala Likert**

<b>Favorabel</b>		<b>Unfavorabel</b>	
<b>Pernyataan</b>	<b>Skor</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>Skor</b>
Sangat Sesuai	5	Sangat Sesuai	1
Sesuai	4	Sesuai	2
Netral	3	Netral	3
Tidak Sesuai	2	Tidak Sesuai	4
Sangat Tidak Sesuai	1	Sangat Tidak Sesuai	5

**Tabel 3.3  
Blue Print The Brief Self-Control Scale (Sebelum Try Out)**

<b>No</b>	<b>Aspek Self Control</b>	<b>No Item</b>		<b>Jumlah</b>
		<b>Fav</b>	<b>Unfav</b>	
1.	<b>Inhibition</b>	1, 10	2, 4, 5, 8	6
2.	<b>Initiation</b>	7	3, 6, 9	4
<b>Jumlah</b>		<b>3</b>	<b>7</b>	<b>10</b>

## 2. Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Variabel kecemasan berbicara di depan umum akan di ukur menggunakan skala kecemasan berbicara di depan umum yang di susun oleh Annisa Fitria Sitorus Pane (2022) yang mengacu pada aspek kecemasan berbicara di depan umum yang di kemukakan oleh Semiun (2006). Kemudian peneliti memodifikasi skala dengan tidak memasukan beberapa aitem yang tidak sesuai dengan kebutuhan penelitian yang akan dilakukan pada penelitian ini, jumlah keseluruhan aitem sebanyak 34 aitem, berdasarkan aspek

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yang telah dikemukakan oleh Semiun (2006), yaitu : Suasana hati, kognitif, somatik dan motorik.

Skala yang terdapat dalam penelitian ini terdiri dari aitem pernyataan yang menggunakan empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS) yang di lakukan secara intens, Sesuai (S) yang belum tentu di lakukan secara intens, Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Penelitian skor untuk skala ini bergerak dari 1 sampai 4 untuk aitem yang mendukung (favorabel), sedangkan untuk aitem yang tidak mendukung (unfavorabel) bergerak dari 4 sampai 1.

**Tabel 3. 4**  
**Alternatif Pilihan Jawaban Model Skala Likert**

<b>Favorabel</b>		<b>Unfavorabel</b>	
<b>Pernyataan</b>	<b>Skor</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>Skor</b>
Sangat Sesuai	1	Sangat Sesuai	4
Sesuai	2	Sesuai	3
Tidak Sesuai	3	Tidak Sesuai	2
Sangat Tidak Sesuai	4	Sangat Tidak Sesuai	1

**Tabel 3. 5**  
**Blue Print Skala Modifikasi Kecemasan Berbicara di Depan umum (Sebelum Try Out)**

<b>No</b>	<b>Aspek Kecemasan Berbicara</b>	<b>No Item</b>		
		<b>Di Depan Umum</b>	<b>Fav</b>	<b>Unfav</b>
1.	Suasana Hati	13,15,20,21,23	1,2,4,9	9
2.	Kognitif	5,7,18	8,11,12,19,29	8
3.	Somatik	16,24,27,28,30	22,25	7
4.	Motorik	3,14,26,33,34	6,10,17,31,32	
10				
	<b>Jumlah</b>	<b>18</b>		<b>16</b>
<b>34</b>				

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**F. Validitas dan Reliabilitas**

Suatu skala dikatakan dapat digunakan dalam penelitian apabila dinyatakan valid (*shahih*) dan reliabel (*andal*) menurut statistik tertentu melalui uji coba (*try out*) terlebih dahulu. Uji coba skala ini dimaksudkan untuk menetukan validitas dan reliabilitas skala penelitian. Dengan kata lain agar butir-butir pernyataan dalam kedua skala benar benar-benar dapat mengukur apa yang ingin diukur.

**1. Uji Coba Alat Ukur**

Uji coba (*tryout*) alat ukur dilakukan untuk menguji kelayakan skala melalui uji validitas, uji reliabilitas dan uji daya beda aitem. Alat ukur yang akan dilakukan *try out* adalah skala *self control* dan skala kecemasan berbicara di depan umum dengan memberikan skala kepada subjek. Adapun subjek *try out* yaitu seluru mahasiswa aktif Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.

Penyebaran skala *try out* dilakukan pada tanggal 2 Desember 2024 yang didapati oleh peneliti berjumlah 90 orang mahasiswa. Keseluruhan skala diisi lengkap dan utuh. Setelah skala terkumpul, peneliti melakaukan uji validitas, reliabilitas dan uji daya beda aitem dengan menggunakan bantuan aplikasi *Statistical Product and Service Solutions Version 26* (SPSS 26) *For Windows*.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**2. Uji Validitas**

Validitas dapat diartikan sejauh mana suatu skala atau alat ukur mampu mengungkapkan dengan akurat dan teliti dari data mengenai atribut yang diukur (Azwar, 2018).

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Validitas isi merupakan relevansi aitem dengan indikator keprilakuan dan dengan tujuan ukur sebenarnya sudah dapat dievaluasi lewat nalar dan akal sehat (*common sense*) yang mampu menilai apakah isis skala memang mendukung konstrak teoritik yang diukur (Azwar, 2015). Validitas isi dalam penelitian ini diukur menggunakan *Profesional Judgment*. *Profesional Judgment* dalam mengkaji validitas isi dalam skala ini adalah dosen pembimbing skripsi dan narasumber.

**3. Uji Daya Beda Aitem**

Uji daya beda aitem dilakukan untuk menguji sejauh mana kemampuan suatu aitem dapat melihat perbedaan individu atau kelompok individu dengan dan tanpa atribut yang diukur (Azwar, 2021). Uji daya beda aitem diuji dengan menggunakan aplikasi SPSS (26) *For Windows* untuk melihat daya beda setiap aitem. Jika aitem mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 maka daya beda aitem dianggap memuaskan dan begitu juga sebaliknya. Namun jika jumlah aitem yang lolos tidak mencukupi jumlah yang

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diinginkan, maka dapat dipertimbangkan untuk menurunkan batas kriteria minimalnya menjadi

0,25 (Azwar, 2021). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan standar koefisien reliabilitas 0,25 untuk uji daya beda aitem.

Berdasarkan hasil perhitungan pada skala *self control*, dari 10 aitem self control yang telah diuji coba terdapat 3 aitem yang gugur dan 7 aitem yang valid, dengan koefisien korelasi aitem diatas 0,25 yaitu berkisar dari angka 0,415 – 0, 657, dengan reliabilitas adalah 0,788. Berikut disajikan gambaran jumlah aitem yang valid dan yang gugur, untuk skala *Self Control* dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3. 6*****Blue Print Skala Self Control (Setelah Try Out)***

No	Aspek	Nomor Aitem				Jumlah	
		<i>Fav</i>		<i>Unfav</i>			
		Valid	Gugur	Valid	Gugur		
1.	Inhibition	-	1, 10	2, 4, 5, 8	-	4	
2.	Initiation	-	7	3, 6, 9	-	3	
<b>Total</b>						<b>7</b>	

Total aitem pada skala *self control* yang dapat dipakai untuk penelitian berjumlah sebanyak 7 aitem. Berikut *blue print* skala *self control* yang digunakan dalam penelitian.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel 3. 7**  
**Blue Print Skala Self Control (Untuk Penelitian)**

No	Aspek	Nomor aitem	Jumlah
1.	Inhibition	1, 2, 3, 4	4
2.	Initiation	5, 6, 7	3
	<b>Total</b>		<b>7</b>

Berdasarkan hasil perhitungan pada skala Kecemasan berbicara di depan umum yang telah diuji coba terdapat 18 aitem yang gugur dan 16 aitem yang valid, dengan koefisien korelasi aitem di atas 0,25 yaitu berkisar antara 0,367 - 0,686, dengan perolehan reliabilitas sebesar 0,869. Berikut *blue print* hasil daya beda aitem skala kecemasan berbicara di depan umum:

**Tabel 3. 8**  
**Blueprint Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum  
(Setelah Try Out)**

No	Aspek	Nomor Aitem				Jumlah	
		Fav		Unfav			
		Valid	Gugur	Valid	Gugur		
1.	Suasana	13,15,20,	-	-	1,2,4,9	5	
	Hati	21,23					
2.	Kognitif	5,18,	7,11,19	-	8,12,29	2	
3.	Somatik	16,24,27, 28,30	-	-	22,25	5	
4.	Motorik	3,14,33,34	-	-	6,10,17,26, 31,32	4	
		<b>Total</b>				<b>16</b>	

Setelah melakukan uji daya beda dan mengetahui aitem yang gugur maka diketahui bahwasannya skala kecemasan berbicara di depan umum yang dapat digunakan pada penelitian ini terdiri dari 16 aitem favorabel. Dengan demikian disusun kembali *blue*

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*print* skala kecemasan berbicara di depan umum yang akan digunakan untuk penelitian.

Adapun *blue print* skala kecemasan berbicara di depan umum yang akan digunakan untuk penelitian dapat dilihat pada tabel 3. 9 sebagai berikut:

**Tabel 3. 9****Blue Print Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Untuk Penelitian)**

<b>No</b>	<b>Aspek</b>	<b>Nomor Aitem</b>	<b>Jumlah</b>
		<b>Fav</b>	
1.	Suasana Hati	3, 5, 8, 9, 10	5
2.	Kognitif	2, 7	2
3.	Somatik	6, 11, 12, 13, 14	5
4.	Motork	1, 4, 15, 16	4
<b>Total</b>			<b>16</b>

**4. Uji Reliabilitas**

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau diandalkan. Sehingga uji reliabilitas dapat digunakan untuk mengetahui konsistensi alat ukur, apakah alat ukur tetap konsisten jika pengukuran tersebut diulang (Notoadmojo, 2005). Peneliti menggunakan nilai koefisien *Crombach's Alpa* untuk melihat reliabilitas dengan nilai koefisien sebesar (0,00-1,00).

Berdasarkan hasil uji reliabilitas terhadap data uji coba, diperoleh koefisien reliabilitas ( $\alpha$ ) dari setiap variabel penelitian adalah sebagai berikut:

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel 3. 10**  
**Hasil Uji Reliabilitas**

<b>Variabel Reliabilitas</b>	<b>Jumlah Aitem</b>	<b>Koefisien (Cronbach's Alpha)</b>
Self Control	7	0,788
Kecemasan Berbicara di Depan Umum	16	0,869

Berdasarkan uji reliabilitas menggunakan SPSS 26 diketahui koefisien reliabilitas skala *self control* sebesar 0,788 dan skala kecemasan berbicara di depan umum memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,869. Kedua skala memiliki koefisien reliabilitas hampir angka 1,00 sehingga dapat dikatakan bahwa skala *self control* dan kecemasan berbicara di depan umum memiliki konsistensi reliabilitas yang memuaskan.

### G. Metode Analisi Data

Dalam menganalisis data penelitian, teknik analisis yang digunakan adalah statistik dengan teknik korelasi. Uji korelasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah *correlation product moment pearson*. Uji korelasi ini digunakan untuk menggambarkan hubungan antara dua buah variabel berjenis interval atau rasio (Winarsunu, 2002). Dalam penelitian ini *correlation product moment* digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yakni variabel X yaitu *self control* dengan variabel Y yaitu kecemasan berbicara di depan umum. analisis data dilakukan dengan bantuan program aplikasi *Statistical Product and Service Solutions* (SPSS) 26 For Windows.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**H. Lokasi dan Jadwal Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada seluruh mahasiswa aktif Fakultas Psikologi UIN Suska Riau, adapun jadwal penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3. 11**  
**Jadwal Penelitian**

No	Jenis Kegiatan	Waktu Pelaksanaan
1.	Penyusunan Proposal Penelitian	
2.	Pengajuan SK Pembimbing	29 Mei 2024
3.	Seminar Proposal	18 September 2024
4.	Try Out Alat Ukur Penelitian	2 Desember – 4 Desember 2024
5.	Pegolahan Data Hasil Try Out	5 Desember – 11 Desember 2024
6.	Pelaksanaan Penelitian	13 Desember – 27 Desember 2024
7.	Pengolahan Data Hasil Penelitian	28 Desember – 3 Januari 2025
8.	Seminar Hasil	5 Maret 2025
9.	Sidang Munaqasah	4 Juni 2025



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *self-control* dan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau. Berdasarkan pemaparan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Self Control* dengan kecemasan berbicara di depan umum pada Mahasiswa. Sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima. Variabel *self control* dan variabel kecemasan berbicara di depan umum diketahui memiliki hubungan yang negatif. Artinya, semakin tinggi tingkat *Self-Control* yang dimiliki oleh individu, semakin rendah tingkat kecemasan yang dirasakan saat berbicara di depan umum.

#### B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan hasil yang telah diperoleh, maka peneliti mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi masukan untuk kedepannya, adapun saran yang dapat diajukan yaitu:

##### 1. Saran Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan untuk lebih meningkatkan *self control* yang dimiliki agar dapat menurunkan kecemasan yang

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ada pada diri setiap mahasiswa. Sehingga mampu berbicara di depan umum lebih baik lagi, salah satu upaya yang dapat mahasiswa lakukan yaitu bagaimana mengontrol diri dalam keadaan lingkungan yang sedang kita hadapi di sekitar kita.

**2. Saran untuk peneliti selanjutnya**

- a. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk dapat lebih mengembangkan penelitian ini dengan ruang lingkup yang lebih luas. Peneliti selanjutnya bisa meneliti terkait faktor lain yang mempengaruhi *self control* dengan kecemasan berbicara di depan umum baik dari faktor yang ada dalam diri mahasiswa ataupun faktor eksternal lainnya.
- b. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk mengambil subjek penelitian yang lebih luas, misalnya dari beberapa fakultas yang ada di UIN Suska Riau ataupun Universitas yang ada di Pekanbaru, agar data penelitian lebih dapat dipakai secara luas.



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alsa, A. (2003). Pende katan kuantitatif dan kualitatif serta kombinasinya dalam penelitian psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ananda, L. R., & Suprihatin, T. (2021). Hubungan antara Berpikir Positif dan Efikasi Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Unissula. *Prosiding Konste lasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humaniora*.
- Arifin, H. H., & Milla, M. N. (2020). Adaptasi dan properti psikometrik skala kontrol diri ringkas versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 179-195.
- Azwar, S. (2012). Reliabilitas dan Validitas (4th ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2017). Metode Penelitian Psikologi (3rd ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2018). Dasar-dasar Psikometri (2nd ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2021). Penyusunan Skala Psikologi (3rd ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bukhori, B. (2016). Kecemasan berbicara di depan umum ditinjau dari kepercayaan diri dan keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan. *Jurnal Komunikasi Islam*, 6(1), 158-186.
- Burhanudin, A. M. (2016). Kemampuan Public Speaking Mahasiswa Jurusan KPI IAIN Syekh Nurjati: Problematika dan Solusinya. *ORASI: Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 7(1).
- Fraenke I, J. R., & Wallen, N. E . (1990). *How to design and evaluate research in education*. Order Department, McGraw Hill Publishing Co., Princeton Rd., Hightstown, NJ 08520.
- Furqon. Statistika Terapan untuk Penelitian. Penerbit CV. Alfabeta. Bandung . hal 135. 2001.
- Haryanti, L. P. S., & Nia, T. (2012). Efektivitas metode terapi ego state dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan publik pada mahasiswa fakultas Psikologi Uin Syarif Hidayatullah Jakarta. *Jurnal Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*, 14(1), 32-40.
- Harnanda, V. R., & Soetjiningsih, C. H. (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.
- Latipah, N. (2014). Metode penelitian psikologi.
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Konsep diri: Definisi dan faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice , and Research*, 3(02), 65-69.
- Muslimin, K. (2013). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan berkomunikasi di depan umum (Kasus mahasiswa Fakultas

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Dakwah INISNU Je para). *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 2(2), 145-155.
- Notoatmodjo. (2005). Metodologi Penelitian Kesehatan, Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuryadi, A. (2017). Self Control Dan Self Efficacy Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Adiraga*, 3(2), 34-42.
- Pane, A. F. S. (2022). Perbedaan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Pradaniawatie, T. (2016). *Self-Control dan Self-Efficacy sebagai Prediktor Prokrastinasi Skripsi* (Doctoral dissertation, Program Studi Psikologi FPSI-UKSW).
- Rahayu, Y. S. *Pengaruh Self Control terhadap Kedisiplinan Santri Pondok Pesantren Putri Al-Awwabin Depok* (Bachelor's thesis, Jakarta: FITK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Rahmawati, E . M., Ramdhani, R. N., Taufiq, A., & Nurillah, S. L. (2023). Kecenderungan Public Speaking Anxiety pada Mahasiswa. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 4(2), 66-75.
- Ririn, A. Marjohan.(2013). Hubungan antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum (Studi kore lasional terhadap mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2011). *Konselor: Jurnal Ilmiah Konseling*, 2 (1), 273–278. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 2(1), 27.
- Sempurnawati, Miftah. "Hubungan self efficacy dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa psikologi UIN Jakarta."
- Semiu, Y. (2006). Kesehatan Mental 1. Yogyakarta: Kasisius
- Sriyanti, L.(2012).Pembentukan self control dalam perspektif nilai multikultural. Mudarrisa: *Jurnal Kajian Pendidikan Islam*, 4(1).
- Sugiyono. (2021).*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alvabeta Cv.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone , A. L. (2004). Self-control scale . *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*.
- Wahdah, N. I. (2016). *Hubungan kontrol diri dan pengungkapan diri dengan intensitas penggunaan facebook pada siswa smp sunan giri malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Winarsunu, T. (2002). *Statistik Dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. Malang: UMM Press.



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **Lampiran A VALIDASI ALAT UKUR**

**UIN SUSKA RIAU**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR****(*Self Control Scale*)****1. Devinisi Operasional**

*Self control* merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan dirinya, mencegah diri dari tindakan yang tidak seharusnya muncul pada saat kondisi tertentu, seperti sedang melakukan persentasi di depan kelas. *Self control* diperlukan saat individu berada dalam situasi konflik di antara dua kemungkinan tindakan yang ingin dilakukan.

Variabel *Self Control* dalam penelitian ini diukur menggunakan *The Brief Self-Control Scale* (BSCS) model De Ridder et al. (2011) untuk mengukur perbedaan tingkat kontrol diri dari setiap individu yang telah diadaptasi kedalam bahasa Indonesia oleh Arifin & Milla (2020). Kontrol diri diukur dengan dua aspek yaitu inhibisi dan inisiasi.

**2. Skala yang digunakan****: *Self Control Scale*** Kontruksi Adaptasi Modifikasi**3. Jumlah Aitem****10****4. Jenis Format dan Respon****: *Likert*****5. Penilaian Setiap Butir Aitem : 1 = Sangat Sesuai (SS)****2 = Sesuai (S)****3 = Netral (N)****4 = Tidak Sesuai (TS)****5 = Sangat Tidak Sesuai (STS)**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**6. Petunjuk Pengerjaan**

Saya meminta kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan (aitem) di dalam skala ini dengan memberikan tanda checklist (✓). Teman-teman dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan komponen yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan pilihan jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), atau Tidak Relevan (TR).

**Contoh penggerjaan:**

Keterangan: Jika Bapak/Ibu menilai bahwa aitem tersebut sangat sesuai dengan diri bapak/Ibu, maka Bapak/Ibu bisa memberi checklist (✓) pada (R). Demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

***Self Control Scale***

Dimensi	No	Adaptasi	Jawaban			Ket
			R	KR	TR	
<b>Kemampuan dalam menahan godaan (Inhibition)</b>	1	Secara umum, saya dapat menahan godaan apapun dengan baik ( <b>F</b> )	✓			
	2	Saya kesulitan menghentikan kebiasaan buruk ( <b>UF</b> )	✓			
	4	Saya melakukan beberapa hal buruk jika hal tersebut menyenangkan ( <b>UF</b> )	✓			
	5	Hal yang menyenangkan dan bersenang-senang kadang menahan saya untuk menyelesaikan pekerjaan ( <b>UF</b> )	✓			
	8	Terkadang saya tidak bisa menghentikan diri saya dari sesuatu, meskipun saya tahu itu salah ( <b>UF</b> )	✓			



<b>Kemampuan untuk memulai perilaku yang berorientasi jangka panjang (<i>Initiation</i>)</b> <b>Hak Cipta © HAK CIPTA MILIK UIN SUSKA RIAU</b>	10	Saya menolak hal-hal buruk untuk diri saya (F)	✓				
	3	Saya pemalas (UF)	✓				
	6	Saya kesulitan berkonsentrasi (UF)	✓				
	7	Saya dapat bekerja dengan efektif dalam meraih tujuan jangka panjang (F)	✓				
	9	Saya sering bertindak tanpa mempertimbangkan seluruh alternatif (UF)	✓				

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Catatan: Isi (Kesesuaian Isi)

Sebenar

### Bahasa

Sebenar

### Jumlah Aitem

Sebenar

Pekanbaru, 10 Nov 2024

Validator

Salmiyati, S.Psi, M. Psi, Psikolog  
NIP. 1988081720119032013

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR****(Kecemasan Berbicara di Depan Umum)****1. Devinisi Operasional**

Kecemasan berbicara di depan umum merupakan gangguan dari tekanan fisik dan psikis yang di alami oleh individu di saat melakukan aktivitas harian yang mana aktivitas tersebut berkaitan dengan komunikasi dengan orang-orang sekitar, terutama di saat individu tersebut tampil di depan umum, yang dapat di pengaruhi oleh banyak faktor baik itu dari faktor internal maupun eksternal. Kecemasana berbicara di depan umum pada penelitian ini akan menggunakan skala yang di susun oleh Annisa Fitria Sitorus Pane (2022) yang mengacu pada aspek kecemasan berbicara di depan umum yang di kemukakan oleh Semiun (2006).

**2. Skala yang digunakan**

: Skala kecemasan berbicara di depan umum  
 Konstruksi  
 Adaptasi  
 Modifikasi

**3. Jumlah Aitem****34****4. Jenis Format dan Respon****: Likert****5. Penilaian Setiap Butir Aitem****: 1 = Sangat Sesuai (SS)****2 = Sesuai (S)****3 = Tidak Sesuai (TS)****4 = Sangat Tidak Sesuai (STS)****6. Petunjuk Pengerjaan**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Saya meminta kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan (aitem) di dalam skala ini dengan memberikan tanda checklist (✓). Teman-teman dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan komponen yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan pilihan jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), atau Tidak Relevan (TR).

**Contoh penggerjaan:**

Modifikasi	R	KR	TR
Saya merasa cemas setiap melakukan persentasi di kelas	✓		

Keterangan: Jika Bapak/Ibu menilai bahwa aitem tersebut sangat sesuai dengan diri bapak/Ibu, maka Bapak/Ibu bisa memberi checklist (✓) pada (R). Demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.



## © Hak Cipta milik UIN Suska Riau

## State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Dimensi	No	Pernyataan Asli	Pernyataan Modifikasi	Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
<b>Suasana Hati</b>	1	Saya bersikap santai ketika harus berbicara di depan banyak orang (F)	Saya bersikap santai ketika berbicara di depan banyak orang (UF)	✓			
	2	Saya senang teman teman banyak bertanya tentang persentase saya (F)	Saya senang teman teman banyak bertanya tentang persentasi (UF)	✓			
	4	Saya merasa tenang ketika berbicara di depan umum (F)	Saya merasa tenang ketika berbicara di depan umum (UF)	✓			
	10	Saya bersikap tenang ketika berbicara empat mata dengan dosen mengenai materi perkuliahan (F)	Saya bersikap tenang ketika berbicara empat mata dengan dosen mengenai materi perkuliahan (UF)	✓			
	18	Saya lebih memilih diam dibandingkan bertanya saat perkuliahan (F)	<b>Tidak digunakan</b>	✓			
	14	Karena deg-degan, saya mudah kaget terhadap suara yang terjadi tiba-tiba ketika sedang berbicara di depana umum (UF)	Karena deg-degan, saya mudah kaget terhadap suara yang terjadi tiba-tiba ketika sedang berbicara di depana umum (F)	✓			
	23	Karena gugup, suara saya bergetar ketika menjawab pertanyaan dari dosen sehingga apa yang saya katakan tidak jelas (UF)	Karena gugup, suara saya bergetar ketika menjawab pertanyaan dari dosen sehingga apa yang saya katakan tidak jelas (F)	✓			
	24	Saya merasa gugup ketika berkonsultasi materi perkuliahan dengan dosen (UF)	Saya merasa gugup ketika berkonsultasi materi perkuliahan dengan dosen (F)	✓			
<b>Kognitif</b>	8	Saya datang lebih cepat sebelum persentasi agar tidak tergesa-gesa untuk mempersiapkan proyektor, dll (F)	<b>Tidak digunakan</b>	✓			
	9	Saya berani menjawab	Saya berani menjawab	✓			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang  
1. Dilarang menggunakannya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Pengutipan  
b. Pengutipan

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dilarang menggunakannya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KOGNITIF atau tinjauan sifatu masalah.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang  
1. Koran mengutip sebagian atau

- Somatik** Cipta Dilindungi Undang-Undang  
Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan

200

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Motorik

<b>Somatik</b> a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.	Hak cipta milik UIN Suska Riau	22	Sebelum persentase dimulai, saya terlebih dahulu minum air untuk menghindari bibir saya menjadi kering ( <b>F</b> )	Tidak digunakan	✓		
		25	Telapak tangan saya tidak berkeringat walaupun saya merasa deg-degan berbicara di depan umum ( <b>F</b> )	Telapak tangan saya tidak berkeringat walaupun saya merasa deg-degan berbicara di depan umum ( <b>UF</b> )	✓		
		28	Tekanan darah saya stabil ketika saya harus berbicara dihadapan banyak orang ( <b>F</b> )	Tekanan darah saya stabil ketika saya harus berbicara dihadapan banyak orang ( <b>UF</b> )	✓		
		17	Ketika saya merasa grogi berbicara di depan umum, tiba-tiba telapak tangan saya berkeringat ( <b>UF</b> )	Ketika saya merasa grogi berbicara di depan umum, tiba-tiba telapak tangan saya berkeringat ( <b>F</b> )	✓		
		27	Sebelum persentasi saya merasa deg-degan sehingga saya meletakan alat tulis disembarang tempat ( <b>UF</b> )	Sebelum persentasi saya merasa deg-degan sehingga saya meletakan alat tulis disembarang tempat ( <b>F</b> )	✓		
<b>Motorik</b> iimiah, penyusunan laporan, penulisan dan menyebutkan sumber:	State Islamic University of Sultan Syarif Kasim RIAU	30	Ketika harus berbicara di depan banyak orang, badan saya merasa kaku ( <b>UF</b> )	Ketika harus berbicara di depan banyak orang, badan saya merasa kaku ( <b>UF</b> )	✓		
		31	Saya merasa takut jika terlalu lama persentase di depan kelas sehingga membuat bibir saya kering ( <b>UF</b> )	Saya merasa takut jika terlalu lama persentasi di depan kelas sehingga membuat bibir saya kering ( <b>F</b> )	✓		
		33	Kepala saya terasa berdenyut-deniyut sebelum persentasi dimulai ( <b>UF</b> )	Kepala saya terasa berdenyut-deniyut sebelum persentasi dimulai ( <b>F</b> )	✓		
		6	Saya aktif memberikan masukan atau pendapat saya ketika berdiskusi kelompok ( <b>F</b> )	Saya aktif memberikan masukan atau pendapat saya ketika berdiskusi kelompok ( <b>UF</b> )	✓		
		11	Saya sangat antusias untuk menjawab	Saya sangat antusias untuk menjawab	✓		

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

  - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbaranyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		pertanyaan yang diberikan kepada saya saat persentase (F)	pertanyaan yang diberikan kepada saya saat persentasi (UF)		
19	Saya menjawab pertanyaan dosen dengan suara yang jelas dan lantang (F)	Saya menjawab pertanyaan dosen dengan suara yang jelas dan lantang (UF)	✓		
34	Saat perkuliahan saya akan bertanya ketika penjelasan dosen membuat saya bingung (F)	Saat perkuliahan saya akan bertanya ketika penjelasan dosen membuat saya bingung (UF)	✓		
35	Saya mengevaluasi kesalahan-kesalahan yang terjadi saat persentasi bersama kelompok (F)	Tidak digunakan	✓		
36	Ketika persentasi, saya selalu kontak mata dengan teman-teman (F)	Ketika persentasi, saya selalu kontak mata dengan teman-teman (UF)	✓		
3	Ketika dosen memberikan pertanyaan, saya berpura-pura berdiskusi dengan teman yang berada disebelah saya agar saya tidak ditunjuk oleh dosen untuk menjawab (UF)	Ketika dosen memberikan pertanyaan, saya berpura-pura berdiskusi dengan teman yang berada disebelah saya agar saya tidak ditunjuk oleh dosen untuk menjawab (F)	✓		
15	Ketika saya gugup, saya mengetuk-ngetuk meja yang ada di depan saya (UF)	Ketika saya gugup, saya mengetuk-ngetuk meja yang ada di depan saya (F)	✓		
29	Ketika akan berbicara di depan banyak orang, kepala saya tidak terasa berdenyut-deniyut sama sekali (UF)	Ketika akan berbicara di depan banyak orang, kepala saya tidak terasa berdenyut-deniyut sama sekali (F)	✓		
37	Saya tergesa-gesa untuk menjelaskan materi persentasi agar persentase cepat berakhir (UF)	Saya tergesa-gesa untuk menjelaskan materi persentasi agar persentasi cepat berakhir (F)	✓		



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi © Hak cipta	38	<p>Saya merasa kesal ketika mendapat banyak pertanyaan dari teman-teman ketika persentase (UF)</p>	<p>Saya merasa kesal ketika mendapat banyak pertanyaan dari teman-teman ketika persentasi (F)</p>	<input checked="" type="checkbox"/>		
1. Dilarang mengungkapkan informasi pribadi a. Pengutipan b. Pengutipan t						

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Catatan:

1. Isi (Kesesuaian Isi)

Sebuu...

2. Bahasa

Semua...

3. Jumlah Aitem

Semua...

Pekanbaru, 20 2024

Validator

Salmiyati, S.Psi, M. Psi, Psikolog  
NIP. 1988081720119032013

UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR****(*Self Control Scale*)****1. Devinisi Operasional**

*Self control* merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan dirinya, mencegah diri dari tindakan yang tidak seharusnya muncul pada saat kondisi tertentu, seperti sedang melakukan persentasi di depan kelas. *Self control* diperlukan saat individu berada dalam situasi konflik di antara dua kemungkinan tindakan yang ingin dilakukan.

Variabel *Self Control* dalam penelitian ini diukur menggunakan *The Brief Self-Control Scale* (BSCS) model De Ridder et al. (2011) untuk mengukur perbedaan tingkat kontrol diri dari setiap individu yang telah diadaptasi kedalam bahasa Indonesia oleh Arifin & Milla (2020). Kontrol diri diukur dengan dua aspek yaitu inhibisi dan inisiasi.

**2. Skala yang digunakan****: *Self Control Scale*** Kontruksi Adaptasi Modifikasi**3. Jumlah Aitem****10****4. Jenis Format dan Respon****: *Likert*****5. Penilaian Setiap Butir Aitem : 1 = Sangat Sesuai (SS)****2 = Sesuai (S)****3 = Netral (N)****4 = Tidak Sesuai (TS)****5 = Sangat Tidak Sesuai (STS)**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**6. Petunjuk Pengerajan**

Saya meminta kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan (aitem) di dalam skala ini dengan memberikan tanda checklist (✓). Teman-teman dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan komponen yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan pilihan jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), atau Tidak Relevan (TR).

**Contoh pengerajan:**

Keterangan: Jika Bapak/Ibu menilai bahwa aitem tersebut sangat sesuai dengan diri bapak/Ibu, maka Bapak/Ibu bisa memberi checklist (✓) pada (R). Demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

***Self Control Scale***

Dimensi	No	Adaptasi	Jawaban			Ket
			R	KR	TR	
<b>Kemampuan dalam menahan godaan (Inhibition)</b>	1	Secara umum, saya dapat menahan godaan apapun dengan baik (F)	✓			
	2	Saya kesulitan menghentikan kebiasaan buruk (UF)	✓			
	4	Saya melakukan beberapa hal buruk jika hal tersebut menyenangkan (UF)	✓			
	5	Hal yang menyenangkan dan bersenang-senang kadang menahan saya untuk menyelesaikan pekerjaan (UF)	✓			



©

Hak cipta milik UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang	Kemampuan untuk memulai perilaku yang berorientasi jangka panjang (Initiation)	8	Terkadang saya tidak bisa menghentikan diri saya dari sesuatu, meskipun saya tahu itu salah ( <b>UF</b> )	✓			
		10	Saya menolak hal-hal buruk untuk diri saya ( <b>F</b> )	✓			
		3	Saya pemalas ( <b>UF</b> )	✓			
		6	Saya kesulitan berkonsentrasi ( <b>UF</b> )	✓			
		7	Saya dapat bekerja dengan efektif dalam meraih tujuan jangka panjang ( <b>F</b> )	✓			
		9	Saya sering bertindak tanpa mempertimbangkan seluruh alternatif ( <b>UF</b> )	✓			



© Hak Cipta

Catatan:**Isi (Kesesuaian Isi)**

sesuai

**Bahasa**

sesuai

**Jumlah Aitem**

cukup

Pekanbaru, November 2024

Validator

Yuli Widiningsih, M.Psi., Psikolog  
NIP. 197607192007102004

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR****(Kecemasan Berbicara di Depan Umum)****1. Devinisi Operasional**

Kecemasan berbicara di depan umum merupakan gangguan dari tekanan fisik dan psikis yang di alami oleh individu di saat melakukan aktivitas harian yang mana aktivitas tersebut berkaitan dengan komunikasi dengan orang-orang sekitar, terutama di saat individu tersebut tampil di depan umum, yang dapat di pengaruhi oleh banyak faktor baik itu dari faktor internal maupun eksternal. Kecemasana berbicara di depan umum pada penelitian ini akan menggunakan skala yang di susun oleh Annisa Fitria Sitorus Pane (2022) yang mengacu pada aspek kecemasan berbicara di depan umum yang di kemukakan oleh Semiun (2006).

**2. Skala yang digunakan**

: Skala kecemasan berbicara di depan umum  
 Konstruksi  
 Adaptasi  
 Modifikasi

**3. Jumlah Aitem****34****4. Jenis Format dan Respon****: Likert****5. Penilaian Setiap Butir Aitem****: 1 = Sangat Sesuai (SS)****2 = Sesuai (S)****3 = Tidak Sesuai (TS)****4 = Sangat Tidak Sesuai (STS)**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**6. Petunjuk Pengerjaan**

Saya meminta kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan (aitem) di dalam skala ini dengan memberikan tanda checklist (✓). Teman-teman dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan komponen yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan pilihan jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), atau Tidak Relevan (TR).

**Contoh penggerjaan:**

Modifikasi	R	KR	TR
Saya merasa cemas setiap melakukan persentasi di kelas	✓		

Keterangan: Jika Bapak/Ibu menilai bahwa aitem tersebut sangat sesuai dengan diri bapak/Ibu, maka Bapak/Ibu bisa memberi checklist (✓) pada (R). Demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.



## **Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum**

Dimensi	No	Pernyataan Asli	Pernyataan Modifikasi	Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
<b>Suasana Hati</b>  mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  engutipan untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan lak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.	1	Saya bersikap santai ketika harus berbicara di depan banyak orang (F)	Saya bersikap santai ketika berbicara di depan banyak orang (UF)	✓			
	2	Saya senang teman teman banyak bertanya tentang persentase saya (F)	Saya senang teman teman banyak bertanya tentang persentasi (UF)	✓			
	4	Saya merasa tenang ketika berbicara di depan umum (F)	Saya merasa tenang ketika berbicara di depan umum (UF)	✓			
	10	Saya bersikap tenang ketika berbicara empat mata dengan dosen mengenai materi perkuliahan (F)	Saya bersikap tenang ketika berbicara empat mata dengan dosen mengenai materi perkuliahan (UF)	✓			
	18	Saya lebih memilih diam dibandingkan bertanya saat perkuliahan (F)	<b>Tidak digunakan</b>	✓			
	14	Karena deg-degan, saya mudah kaget terhadap suara yang terjadi tiba-tiba ketika sedang berbicara di depana umum (UF)	Karena deg-degan, saya mudah kaget terhadap suara yang terjadi tiba-tiba ketika sedang berbicara di depana umum (F)	✓			
	23	Karena gugup, suara saya bergetar ketika menjawab pertanyaan dari dosen sehingga apa yang saya katakan tidak jelas (UF)	Karena gugup, suara saya bergetar ketika menjawab pertanyaan dari dosen sehingga apa yang saya katakan tidak jelas (F)	✓			
	24	Saya merasa gugup ketika berkonsultasi materi perkuliahan dengan dosen (UF)	Saya merasa gugup ketika berkonsultasi materi perkuliahan dengan dosen (F)	✓			
<b>Kognitif</b>  engutipan atau tinjauan s	8	Saya datang lebih cepat sebelum persentasi agar tidak tergesa-gesa untuk mempersiapkan proyektor, dll (F)	<b>Tidak digunakan</b>	✓			
	9	Saya berani menjawab	Saya berani menjawab	✓			

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang  
1 Koran mengutip sebagian atau

- ak Sipta Dilindungi Undang-Undang  
Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan

200

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

3 Motorik

<b>Somatik</b> a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.	Hak cipta milik UIN Suska Riau	22	Sebelum persentase dimulai, saya terlebih dahulu minum air untuk menghindari bibir saya menjadi kering ( <b>F</b> )	Tidak digunakan	✓		
		25	Telapak tangan saya tidak berkeringat walaupun saya merasa deg-degan berbicara di depan umum ( <b>F</b> )	Telapak tangan saya tidak berkeringat walaupun saya merasa deg-degan berbicara di depan umum ( <b>UF</b> )	✓		
		28	Tekanan darah saya stabil ketika saya harus berbicara dihadapan banyak orang ( <b>F</b> )	Tekanan darah saya stabil ketika saya harus berbicara dihadapan banyak orang ( <b>UF</b> )	✓		
		17	Ketika saya merasa grogi berbicara di depan umum, tiba-tiba telapak tangan saya berkeringat ( <b>UF</b> )	Ketika saya merasa grogi berbicara di depan umum, tiba-tiba telapak tangan saya berkeringat ( <b>F</b> )	✓		
		27	Sebelum persentasi saya merasa deg-degan sehingga saya meletakan alat tulis disembarang tempat ( <b>UF</b> )	Sebelum persentasi saya merasa deg-degan sehingga saya meletakan alat tulis disembarang tempat ( <b>F</b> )	✓		
		30	Ketika harus berbicara di depan banyak orang, badan saya merasa kaku ( <b>UF</b> )	Ketika harus berbicara di depan banyak orang, badan saya merasa kaku ( <b>UF</b> )	✓		
<b>Motorik</b> dan menyebutkan sumber: ilimiah, penyusunan laporan, penulisan	State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau	31	Saya merasa takut jika terlalu lama persentase di depan kelas sehingga membuat bibir saya kering ( <b>UF</b> )	Saya merasa takut jika terlalu lama persentasi di depan kelas sehingga membuat bibir saya kering ( <b>F</b> )	✓		
		33	Kepala saya terasa berdenyut-deniyut sebelum persentasi dimulai ( <b>UF</b> )	Kepala saya terasa berdenyut-deniyut sebelum persentasi dimulai ( <b>F</b> )	✓		
		6	Saya aktif memberikan masukan atau pendapat saya ketika berdiskusi kelompok ( <b>F</b> )	Saya aktif memberikan masukan atau pendapat saya ketika berdiskusi kelompok ( <b>UF</b> )	✓		
		11	Saya sangat antusias untuk menjawab	Saya sangat antusias untuk menjawab	✓		



**© Hak cipta milik UIN Suska Riau**

**State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	pertanyaan yang diberikan kepada saya saat persentase (F)	pertanyaan yang diberikan kepada saya saat persentasi (UF)				
19	Saya menjawab pertanyaan dosen dengan suara yang jelas dan lantang (F)	Saya menjawab pertanyaan dosen dengan suara yang jelas dan lantang (UF)	✓			
34	Saat perkuliahan saya akan bertanya ketika penjelasan dosen membuat saya bingung (F)	Saat perkuliahan saya akan bertanya ketika penjelasan dosen membuat saya bingung (UF)	✓			
35	Saya mengevaluasi kesalahan-kesalahan yang terjadi saat persentasi bersama kelompok (F)	<b>Tidak digunakan</b>		✓		
36	Ketika persentasi, saya selalu kontak mata dengan teman-teman (F)	Ketika persentasi, saya selalu kontak mata dengan teman-teman (UF)	✓			
3	Ketika dosen memberikan pertanyaan, saya berpura-pura berdiskusi dengan teman yang berada disebelah saya agar saya tidak ditunjuk oleh dosen untuk menjawab (UF)	Ketika dosen memberikan pertanyaan, saya berpura-pura berdiskusi dengan teman yang berada disebelah saya agar saya tidak ditunjuk oleh dosen untuk menjawab (F)	✓			
15	Ketika saya gugup, saya mengetuk-ngetuk meja yang ada di depan saya (UF)	Ketika saya gugup, saya mengetuk-ngetuk meja yang ada di depan saya (F)	✓			
29	Ketika akan berbicara di depan banyak orang, kepala saya tidak terasa berdenyut-deniyut sama sekali (UF)	Ketika akan berbicara di depan banyak orang, kepala saya tidak terasa berdenyut-deniyut sama sekali (F)	✓			
37	Saya tergesa-gesa untuk menjelaskan materi persentasi agar persentase cepat berakhir (UF) atau tinjauan suatu masalah.	Saya tergesa-gesa untuk menjelaskan materi persentasi agar persentasi cepat berakhir (F)	✓			



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak cipta		38	Saya merasa kesal ketika mendapat banyak pertanyaan dari teman-teman ketika persentase (UF)	Saya merasa kesal ketika mendapat banyak pertanyaan dari teman-teman ketika persentasi (F)	✓		
a. Dilarang mengungkapkan	b. Pengutipan harus dilakukan dengan benar	c. Penyalinan tidak diperbolehkan					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Catatan:

#### 1. **Isi (Kesesuaian Isi)**

sesuai

#### 2. **Bahasa**

sesuai

#### 3. **Jumlah Aitem**

cukup

Pekanbaru, November 2024

Validator

  
Yuli Widiningsih, M.Psi., Psikolog  
 NIP. 197607192007102004

**UIN SUSKA RIAU**



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **Lampiran B SKALA TRY OUT**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **LEMBAR PENJELASAN SINGKAT PENELITIAN (DEBRIEFING)**

***Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh***

Perkenalkan saya Shintia Nuraisyah Windra, mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau. Saat ini, saya sedang melakukan pengambilan data untuk kebutuhan penelitian tugas akhir (skripsi). Oleh karena itu, saya mengharapkan kesediaan Teman-teman dalam mengisi skala penelitian ini. Penelitian ini dilakukan guna untuk memperoleh gelar Strata Satu (S1) dibawah bimbingan ibu Salmiyati, S.Psi, M.Psi., Psikolog.

Partisipasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa aktif Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau. **Keikutsertaan teman-teman dalam penelitian ini bersifat sukarela, tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.**

Berikut ini, saya akan memberikan satu set kuisioner kepada teman-teman untuk diisi. Kuisioner ini biasanya dapat diselesaikan dalam waktu sekitar 15-20 menit. Kuisioner ini terdiri dari beberapa bagian yang memiliki petunjuk pengisian masing-masing. Oleh sebab itu, bacalah petunjuk pengisian nya dengan seksama.

Teman-teman diminta untuk mengisi semua butir di dalam kuisioner tersebut secara jujur sesuai dengan apa yang difikirkan, dirasakan, diyakini dan dilakukan. **Data pribadi yang teman-teman tuliskan akan di jaga kerahasiaanya baik selama proses pengambilan data maupun dalam publikasi ilmiah penelitian ini.**

Jika ada pertanyaan terkait kuisioner ini, teman-teman dapat menghubungi peneliti pada email [shintianuraisyah73@gmail.com](mailto:shintianuraisyah73@gmail.com) terimakasih atas perhatian dan kesediaan yang teman-teman berikan.

**UIN SUSKA RIAU**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Lembar Identitas dan Persetujuan**

Mohon identitas di bawah ini dengan sebenar-benarnya (segala data yang diberikan akan dirahasiakan).

Nama/Inisial : \_\_\_\_\_

Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan \* \_\_\_\_\_

Usia : \_\_\_\_\_

Semester : \_\_\_\_\_

**Pernyataan Persetujuan**

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya sudah membaca petunjuk yang disampaikan dan saya **Bersedia / Tidak Bersedia \*** untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Oleh karena itu, segala sesuatu yang saya tuliskan di dalam form kuisioner ini adalah benar adanya dan dapat di percaya.

Ket : \* Coret salah satu yang tidak sesuai

**UIN SUSKA RIAU**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

**Petunjuk pengisian skala :**

Bacalah dengan cermat setiap pernyataan di bawah ini sebelum teman-teman memberikan jawaban sesuai dengan yang teman-teman rasakan.

Berikut terdapat sejumlah pernyataan yang berhubungan dengan keadaan diri teman-teman sendiri. Setiap pernyataan di sini memiliki **5** kemungkinan alternatif jawaban, yang mana dari pernyataan **Sangat Tidak Sesuai** dengan diri teman teman ke pernyataan **Sangat Sesuai** dengan diri teman-teman. Teman-teman diminta untuk memberikan tanda (**✓**) pada pilihan alternatif yang dapat menggambarkan diri teman-teman secara tepat.

**SS = Sangat Sesuai**

**S = Sesuai**

**N = Netral**

**TS = Tidak Sesuai**

**STS = Sangat Tidak Sesuai**

No	Item	SS	S	N	TS	STS
1.	Secara umum, saya dapat menahan godaan apapun dengan baik					
2.	Saya kesulitan menghentikan kebiasaan buruk					
3.	Saya pemalas					
4.	Saya melakukan beberapa hal buruk jika hal tersebut menyenangkan					
5.	Hal yang menyenangkan dan bersenang-senang kadang menahan saya untuk menyelesaikan pekerjaan					
6.	Saya kesulitan berkonsentrasi					
7.	Saya dapat bekerja dengan efektif dalam meraih tujuan jangka panjang					
8.	Terkadang saya tidak bisa menghentikan diri saya dari sesuatu, meskipun saya tahu itu salah					
9.	Saya sering bertindak tanpa mempertimbangkan seluruh alternatif					
10.	Saya menolak hal-hal yang buruk untuk diri saya					

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**SKALA 2****Petunjuk pengisian skala:**

1. Bacalah dengan cermat setiap pernyataan di bawah ini sebelum teman-teman memberikan jawaban yang sesuai dengan yang teman-teman rasakan.
2. Berikut terdapat beberapa pernyataan yang berhubungan dengan yang teman-teman rasakan pada diri teman- teman sendiri. Setiap pernyataan memiliki **4** kemungkinan alternatif jawaban, yang mana dari pernyataan yang **Sangat Sesuai** dengan diri teman-teman ke pernyataan **Sangat Tidak Sesuai** dengan diri teman- teman. Teman-teman di minta untuk memberikan tanda (**✓**) pada opsi yang mengarah ke pada diri teman-teman.

**SS = Sangat Sesuai****S = Sesuai****TS = Tidak Sesuai****STS = Sangat Tidak Sesuai**

No	Item	SS	S	TS	STS
1.	Saya bersikap santai ketika harus berbicara di depan banyak orang.				
2.	Saya senang teman-teman banyak bertanya mengenai presentasessaya.				
3.	Ketika dosen memberikan pertanyaan, saya berpura-pura berdiskusi dengan teman yang berada disebelah saya agar saya tidak ditunjuk oleh dosen untuk menjawab.				
4.	Saya merasa tenang ketika berbicara didepan umum				
5.	Saya memikirkan hal-hal yang tidak jelas sebelum persentase dimulai.				
6.	Saya aktif memberikan masukan atau pendapat saya ketika berdiskusi kelompok.				
7.	Karena takut, tatapan mata saya tertuju ke tembok ketika menjelaskan materi saat persentase				
8.	Saya berani menjawab pertanyaan yang				



**© Hak cipta milik UIN Suska Riau**

**State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	diberikan dosen walaupun kata-kata yang saya ucapkan berbelit-belit.				
9.	Saya bersikap tenang ketika berbicara empat mata dengan dosen mengenai materi perkuliahan.				
10.	Saya sangat antusias untuk menjawab pertanyaan yang diberikan kepada saya saat presentasi.				
11.	Saya mempersiapkan diri dengan membaca materi sebelum presentasi dimulai.				
12.	Ketika dosen memberikan pertanyaan, saya langsung menjawab pertanyaan itu.				
13.	Karena deg-degan, saya mudah kaget terhadap suara yang terjadi tiba-tiba ketika sedang berbicara didepan umum.				
14.	Ketika saya gugup, saya mengetuk-ketuk meja yang ada didepan saya				
15.	Saya merasa takut karena tidak mampu menjawab pertanyaan saat proses diskusi membuat tekanan darah saya meningkat.				
16.	Ketika saya merasa grogi berbicara di depan umum, tiba-tiba telapak tangan saya berkeringat.				
17.	Saya menjawab pertanyaan dosen dengan suara yang jelas dan lantang.				
28.	Walaupun saya tahu jawaban dari pertanyaan yang diberikan dosen tetapi karna saya bingung mengklimatkan kata-kata dengan baik maka saya memilih untuk tidak menjawab.				
19.	Saya menjelaskan materi secara pelan dan runtut agar materi yang saya jelaskan dapat dipahami oleh teman-teman.				
20.	Karena gugup, suara saya bergetar ketika menjawab pertanyaan dari dosen sehingga apa yang saya katakan tidak jelas.				
21.	Saya merasa gugup ketika berkonsultasi materi perkuliahan dengan dosen.				
22.	Telapak tangan saya tidak berkeringat				



**© Hak cipta milik UIN Suska Riau**

**State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	walaupun saya merasa deg-degan berbicara didepan umum.				
23.	Saya merasa takut salah dengan apapun yang akan saya jelaskan ketika presentasi.				
24.	Sebelum presentasi saya merasa deg-degan sehingga saya meletakkan alat tulis disembarang tempat.				
25.	Teknan darah saya stabil ketika saya harus berbicara Dihadapan banyak orang.				
26.	Ketika akan berbicara didepan banyak orang, kepala saya tidak terasa berdenyut-denyut sama sekali.				
27.	Ketika harus berbicara didepan banyak orang, badan saya terasa kaku.				
28.	Saya merasa takut jika telalu lama presentasi didepan kelas sehingga membuat bibir saya kering				
29.	Saya merasa nyaman untuk berbicara didepan banyak orang.				
30.	Kepala saya terasa berdenyut-denyut sebelum presentasi dimulai.				
31.	Saat perkuliahan saya akan bertanya ketika penjelasan dosen membuat saya bingung.				
32.	Ketika presentasi, saya selalu kontak mata dengan temanteman.				
33.	Saya tergesa-gesa untuk menjelaskan materi presentasi agar presentasi cepat berakhir.				
34.	Saya merasa kesal ketika mendapat banyak pertanyaan dari teman-teman ketika presentasi.				



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Lampiran C

### TABULASI DATA TRYOUT

UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin.

**Tabulasi Data Tryout Skala Self Control**

<b>Subjek</b>	<b>X.1</b>	<b>X.2</b>	<b>X.3</b>	<b>X.4</b>	<b>X.5</b>	<b>X.6</b>	<b>X.7</b>	<b>X.8</b>	<b>X.9</b>	<b>X.10</b>
<b>S.1</b>	4	2	2	3	2	2	4	2	4	3
<b>S.2</b>	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2
<b>S.3</b>	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2
<b>S.4</b>	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3
<b>S.5</b>	3	4	3	2	1	3	5	2	4	4
<b>S.6</b>	4	4	4	5	2	4	4	5	4	2
<b>S.7</b>	4	3	4	3	1	2	4	2	3	4
<b>S.8</b>	4	3	3	2	3	2	4	2	3	4
<b>S.9</b>	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2
<b>S.10</b>	3	2	2	4	2	4	3	2	3	3
<b>S.11</b>	3	2	3	3	2	2	3	4	4	3
<b>S.12</b>	1	4	3	3	3	3	3	3	4	3
<b>S.13</b>	4	4	3	4	2	4	3	4	5	3
<b>S.14</b>	3	5	3	4	4	3	4	5	4	4
<b>S.15</b>	4	2	4	2	2	4	4	2	2	5
<b>S.16</b>	5	1	3	2	3	4	5	3	3	2
<b>S.17</b>	2	2	4	2	2	4	4	2	4	4
<b>S.18</b>	4	1	1	3	2	2	3	3	2	4
<b>S.19</b>	5	1	1	5	1	1	2	2	5	5
<b>S.20</b>	4	2	2	4	2	2	4	4	4	4
<b>S.21</b>	4	2	3	4	2	3	3	2	2	3
<b>S.22</b>	3	2	1	4	2	3	4	2	2	5

S.23	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3
S.24	2	2	1	3	2	1	3	2	3	3
S.25	4	4	1	4	4	2	3	4	5	3
S.26	3	1	3	2	2	2	3	1	3	3
S.27	4	5	5	5	4	4	4	5	5	5
S.28	4	2	3	3	2	3	4	2	4	3
S.29	3	1	4	3	2	2	3	2	2	3
S.30	4	4	5	3	2	4	4	3	4	1
S.31	3	2	3	4	4	3	4	3	4	4
S.32	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4
S.33	3	3	3	4	4	2	4	3	3	3
S.34	1	4	4	2	2	5	2	5	2	5
S.35	5	3	3	3	2	4	4	3	3	4
S.36	2	2	2	4	2	4	4	2	2	4
S.37	4	5	5	5	2	5	4	5	5	5
S.38	3	2	3	2	2	3	4	2	2	3
S.39	5	4	5	4	4	2	3	3	4	3
S.40	3	2	3	3	2	3	4	2	3	3
S.41	2	4	2	5	2	2	4	2	2	4
S.42	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4
S.43	5	3	3	4	2	3	3	3	4	4
S.44	3	5	5	4	3	3	3	2	2	5
S.45	5	2	1	2	1	2	4	1	2	3
S.46	3	2	2	1	1	3	3	3	3	4
S.47	5	2	1	2	1	1	3	2	2	5
S.48	3	4	4	5	4	5	4	2	2	5

<b>S.49</b>	3	3	1	2	3	1	3	3	4	5
<b>S.50</b>	4	3	3	2	1	2	3	2	4	3
<b>S.51</b>	4	2	4	2	3	3	3	3	2	3
<b>S.52</b>	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2
<b>S.53</b>	2	5	2	5	5	3	3	5	3	1
<b>S.54</b>	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3
<b>S.55</b>	2	2	3	2	1	2	4	2	1	3
<b>S.56</b>	3	1	3	1	1	1	4	1	2	4
<b>S.57</b>	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4
<b>S.58</b>	4	4	3	5	1	2	4	3	4	5
<b>S.59</b>	4	2	2	2	2	2	4	2	4	4
<b>S.60</b>	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4
<b>S.61</b>	3	3	4	3	4	2	2	3	4	3
<b>S.62</b>	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
<b>S.63</b>	4	3	4	5	3	3	3	5	5	5
<b>S.64</b>	3	2	4	3	2	1	4	3	2	4
<b>S.65</b>	4	1	5	3	3	2	4	3	3	5
<b>S.66</b>	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3
<b>S.67</b>	4	2	2	4	1	2	4	4	4	4
<b>S.68</b>	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4
<b>S.69</b>	4	3	3	5	2	2	4	3	4	5
<b>S.70</b>	4	4	4	4	2	4	4	4	4	5
<b>S.71</b>	3	2	5	3	3	1	5	3	2	5
<b>S.72</b>	3	2	3	4	2	3	3	4	4	4
<b>S.73</b>	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3
<b>S.74</b>	2	2	5	2	1	2	3	2	3	4

<b>S.75</b>	2	2	3	5	3	2	4	2	5	4
<b>S.76</b>	4	3	5	4	3	4	4	3	3	4
<b>S.77</b>	4	2	4	2	2	4	4	2	4	3
<b>S.78</b>	5	4	4	3	5	4	3	5	4	5
<b>S.79</b>	4	2	5	4	2	4	4	2	5	4
<b>S.80</b>	3	2	2	3	2	4	3	3	4	4
<b>S.81</b>	1	4	3	3	4	4	2	3	5	3
<b>S.82</b>	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4
<b>S.83</b>	4	3	3	2	2	3	4	2	4	3
<b>S.84</b>	3	3	3	2	2	3	2	4	4	2
<b>S.85</b>	4	2	4	4	2	4	3	3	3	2
<b>S.86</b>	4	2	5	4	3	4	3	3	3	2
<b>S.87</b>	4	3	5	3	3	3	3	3	3	3
<b>S.88</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>S.89</b>	4	2	4	3	4	4	4	2	4	4
<b>S.90</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3



### Tabulasi Data Tryout Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Subjek	Y. 1	Y. 2	Y. 3	Y. 4	Y. .5	Y. .6	Y. .7	Y. .8	Y. .9	Y. 10	Y. 11	Y. 12	Y. 13	Y. 14	Y. 15	Y. 16	Y. 17	Y. 18	Y. 19	Y. 20	Y. 21	Y. 22	Y. 23	Y. 24	Y. 25	Y. 26	Y. 27	Y. 28	Y. 29	Y. 30	Y. 31	Y. 32	Y. 33	Y. 34	
S.1	1	3	4	3	4	3	4	3	1	3	1	3	1	4	2	4	1	4	4	1	4	4	3	4	4	3	2	4	4	3	4	3	3	4	4
S.2	3	3	4	3	4	3	4	3	1	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	4	4	3	4	3	3	4	4
S.3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	4	2	2	3	4	1	3	3	4	4	3	4	1	4	2	3	2	2	4	2	4	
S.4	3	4	4	3	4	3	4	1	3	3	1	3	4	4	2	4	1	4	1	4	4	3	4	2	1	4	2	4	3	2	3	3	4	3	
S.5	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	1	1	4	2	2	1	1	3	4	4	2	4	3	1	4	3	3	2	1	3	3	2	
S.6	1	3	4	1	2	2	2	1	2	1	2	3	2	3	1	4	1	2	4	3	3	2	3	3	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	
S.7	1	3	4	3	4	1	3	3	3	1	3	4	2	2	3	3	3	1	3	4	3	4	2	1	4	2	3	3	2	3	3	4	4		
S.8	1	1	4	2	4	3	3	1	1	1	1	1	4	4	4	4	3	4	2	3	4	1	4	4	2	4	4	4	1	3	1	1	4	4	
S.9	3	3	3	3	3	3	2	1	1	3	1	3	2	2	4	4	3	2	1	4	4	3	2	2	3	2	4	4	3	2	3	1	2	4	
S.10	3	3	2	4	3	3	4	1	3	3	2	3	3	2	4	4	3	2	1	3	3	4	2	3	3	2	2	4	3	2	1	3	2	3	
S.11	3	3	2	3	3	3	1	3	3	1	3	3	4	3	3	3	3	4	1	4	4	3	4	2	3	4	4	3	3	4	3	3	2		
S.12	1	4	4	1	1	1	1	1	1	4	1	4	2	2	3	2	1	4	1	2	2	3	4	2	3	2	2	2	1	2	1	1	2	4	
S.13	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	4	2	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	
S.14	3	3	2	3	2	2	2	2	2	1	1	3	4	4	1	3	3	4	3	3	4	3	4	1	3	4	2	1	3	1	3	1	2	2	
S.15	1	3	2	3	2	3	1	1	3	3	1	2	2	2	4	2	3	2	1	2	4	1	2	2	3	4	2	2	1	2	1	1	2	4	
S.16	1	3	2	1	2	2	1	2	2	3	1	3	2	4	2	1	1	1	4	1	2	4	1	3	3	2	2	3	1	1	1	2	3		
S.17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	4	1	2	1	2	2	3	2	2	2	1	4	2	2	1	2	1	1	2	2	
S.18	3	2	1	3	4	3	1	1	1	1	2	1	4	2	3	2	1	3	2	4	2	2	4	2	1	4	2	1	1	4	3	1	2	2	
S.19	2	3	3	3	3	4	3	1	3	3	1	3	2	4	2	3	3	3	2	4	2	3	4	2	1	2	2	4	3	2	1	1	4	3	
S.20	1	3	4	1	2	3	2	3	1	3	1	3	4	4	4	2	3	4	1	4	4	1	4	4	3	2	4	2	3	4	3	1	2	4	
S.21	1	3	2	3	2	3	2	1	1	3	1	2	2	2	4	3	2	1	2	2	3	2	2	2	3	4	2	2	3	2	1	1	2	4	
S.22	1	1	2	3	4	3	1	3	2	3	4	4	4	2	1	2	2	2	4	4	3	4	4	3	2	4	3	3	2	3	1	2	4		
S.23	2	1	3	3	2	2	1	2	2	3	2	1	2	2	3	1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2		
S.24	3	3	4	3	4	3	4	1	1	1	1	1	3	4	4	4	3	3	4	1	4	4	3	4	2	4	1	3	3	3	1	3	3	3	
S.25	3	4	3	3	3	2	2	1	2	4	1	4	4	4	2	4	4	1	4	1	3	4	3	4	2	3	3	4	3	2	1	1	2	4	
S.26	1	1	2	3	4	3	1	3	1	3	3	2	4	4	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	1	2	2	3		
S.27	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	4	1	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	2	
S.28	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	3	2	3	2	4	1	3	1	2	2	2		
S.29	3	2	3	4	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3		
S.30	1	1	2	1	4	1	4	1	3	3	1	1	2	2	4	2	1	2	1	4	4	3	4	4	3	3	4	2	1	2	2	3	4	4	
S.31	1	3	4	3	4	1	2	1	1	3	1	1	4	2	4	2	1	2	1	4	2	1	4	2	3	2	4	4	3	2	1	1	4	2	
S.32	3	3	4	3	2	3	2	1	3	3	1	3	2	4	4	4	4	3	4	3	2	4	1	4	2	3	2	3	3	4	4	4	4		
S.33	1	1	4	3	4	1	4	1	3	3	1	3	4	4	4	4	1	4	1	4	4	3	4	4	1	2	4	4	3	2	1	3	4	4	



S. <b>34</b>	1	3	1	1	3	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	3	3	2	1	4	2	1	2	2	4	4	2	4	1	3	2	1	1	2	2
S. <b>35</b>	3	3	2	3	3	1	4	1	2	1	2	1	4	2	4	3	1	4	1	4	2	3	4	4	1	4	4	4	1	2	1	1	4	2	
S. <b>36</b>	3	1	4	3	4	1	4	1	3	3	1	3	2	4	4	2	3	4	3	4	4	1	4	4	3	4	4	4	3	2	1	1	4	4	
S. <b>37</b>	2	2	1	3	1	2	4	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	3	1	2	1	1	3	1	1	4	2	1	1	3	1	3		
S. <b>38</b>	2	3	3	4	3	2	2	3	1	3	2	2	3	4	4	2	2	3	2	4	2	2	4	3	3	2	2	2	2	1	1	2	4		
S. <b>39</b>	2	1	3	2	2	2	3	1	2	2	1	1	1	3	3	2	3	2	3	1	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	4		
S. <b>40</b>	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	1	1	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	1	2	2	2	2	1	4		
S. <b>41</b>	1	1	2	2	3	4	1	1	2	2	2	2	4	1	1	1	3	1	1	4	4	1	2	1	4	2	2	3	3	3	1	1	1	2	
S. <b>42</b>	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2		
S. <b>43</b>	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2		
S. <b>44</b>	1	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	4	3	3	3	1	2	1		
S. <b>45</b>	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2			
S. <b>46</b>	2	2	4	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3			
S. <b>47</b>	4	3	1	3	4	2	1	1	2	3	1	3	4	1	3	4	3	4	2	3	4	4	4	4	3	2	3	3	3	1	3	1	2	2	
S. <b>48</b>	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	4	3	1	4	4	3	4	2	2	1	2	1	2	4	3	
S. <b>49</b>	2	3	4	3	1	2	1	4	2	4	1	4	4	1	1	2	2	3	1	3	1	1	4	3	1	4	4	3	3	1	3	1	4	4	
S. <b>50</b>	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	1	3	3	2	2	2	2	3	2	2	4	1	2	3	1	3	2	3	2		
S. <b>51</b>	4	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	4	3	4	2	3	2	3	4	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	
S. <b>52</b>	4	3	2	4	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4	2	2	2	2	3	
S. <b>53</b>	2	3	3	3	3	2	1	2	3	2	2	2	3	3	3	2	1	2	2	1	2	2	1	3	3	4	3	4	2	4	1	1	4		
S. <b>54</b>	3	3	2	3	2	1	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3		
S. <b>55</b>	3	3	3	2	2	1	3	1	2	2	3	2	2	3	4	4	3	4	2	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	1	2	3	3		
S. <b>56</b>	2	3	2	2	2	2	4	1	1	2	2	2	4	2	1	4	3	3	1	1	2	4	2	1	2	2	1	2	2	3	1	4	4		
S. <b>57</b>	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2			
S. <b>58</b>	2	2	2	3	3	3	2	4	2	3	2	2	2	4	3	3	4	3	2	4	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	4	2	2	3	
S. <b>59</b>	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	1	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	4	2	2	3	2	3	1	3			
S. <b>60</b>	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2			
S. <b>61</b>	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	1	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2			
S. <b>62</b>	1	1	1	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	2	1	1	1	1	1	
S. <b>63</b>	1	2	3	3	3	3	1	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2		
S. <b>64</b>	3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	3	3	2	2	3	4	3	4	2	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3		
S. <b>65</b>	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3		
S. <b>66</b>	3	2	2	3	4	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3		
S. <b>67</b>	4	3	3	4	4	2	4	3	2	3	1	3	4	3	3	4	3	3	2	4	3	4	4	3	4	1	4	4	4	3	2	3	3	4	
S. <b>68</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1		
S. <b>69</b>	2	1	2	3	3	3	2	2	2	2	1	3	3	4	4	2	2	4	2	3	3	2	4	4	3	2	3	2	2	2	1	2	4		
S. <b>70</b>	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	3	4	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2		
S. <b>71</b>	1	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	4	4	4	1	4	2	4	4	4	3	4	4	3	2	3	1	4	4	3	2	3		

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun



S.72	2	3	2	3	2	2	2	1	2	3	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	1	2	3	2	2	2	2	3			
S.73	2	3	1	3	4	3	4	1	4	4	1	4	3	1	3	4	2	4	1	4	2	4	4	4	3	4	2	3	1	1	4	3		
S.74	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2			
S.75	3	3	1	3	1	2	1	2	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	4	3	3	3	2	2	3		
S.76	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2			
S.77	4	2	3	4	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	4	3	2	3	2		
S.78	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	4	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	
S.79	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2		
S.80	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1		
S.81	3	3	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	
S.82	2	2	3	3	4	3	2	1	2	3	1	3	3	4	3	4	3	4	1	2	4	1	3	4	1	4	4	4	1	4	1	1	4	4
S.83	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	1	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	
S.84	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2		
S.85	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3		
S.86	2	3	2	2	2	1	2	2	3	2	1	2	4	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3		
S.87	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	1	3	3	3	1	2	1	3	2	3	3	3	1	3	4	4	1	2	2	2	1	1	2	
S.88	1	1	2	1	4	2	3	1	1	1	1	1	3	3	1	2	1	3	1	3	3	3	1	3	3	4	1	1	2	2	1	1	2	
S.89	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2		
S.90	2	3	2	2	2	2	3	1	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2		

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Lampiran D**  
**HASIL UJI RELIABILITAS DAN**  
**DAYA**  
**BEDA AITEM**

**UIN SUSKA RIAU**

**Hasil Uji Reliabilitas dan Daya Beda Aitem *Self Control***



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Uji Coba 1**

**Sebelum  
Digugurkan**

<b>Aitem</b>	<b>Reliability Statistics</b>		<b>Cronbach's Alpha if Item Deleted</b>
	<b>Cronbach's Alpha</b>	<b>N of Items</b>	
	,752	10	
<b>Item-Total Statistics</b>			
	<b>Scale Mean if Item Deleted</b>	<b>Scale Variance if Item Deleted</b>	<b>Corrected Item-Total Correlation</b>
X1.1	27,77	28,451	,218
X1.2	28,37	24,504	,559
X1.3	27,96	25,391	,416
X1.4	27,90	24,720	,544
X1.5	28,64	25,760	,462
X1.6	28,28	25,821	,439
X1.7	27,69	29,205	,238
X1.8	28,26	24,529	,599
X1.9	27,80	26,184	,426
X1.10	27,54	28,251	,222

**UIN SUSKA RIAU**



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Uji Coba 2**

digugurkan

**Reliability Statistics**

Cronbach's

Alpha	N of Items
,788	7

**Setelah Aitem**

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1.2	17,97	17,179	,634	,737
X1.3	17,56	18,722	,389	,787
X1.4	17,50	18,208	,510	,761
X1.5	18,24	18,164	,546	,755
X1.6	17,88	18,625	,470	,769
X1.8	17,86	17,361	,657	,733
X1.9	17,40	19,276	,415	,778

**UIN SUSKA RIAU**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hasil Uji Reliabilitas dan Daya Beda Aitem Kecemasan****Berbicara di Depan Umum****Uji Coba 1 Sebelum Aitem Digugurkan****Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,763	34

**Item-Total Statistics**

Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1.1	82,56	,158	,762
Y1.2	82,27	,047	,767
Y1.3	82,21	,305	,755
Y1.4	82,04	-,033	,770
Y1.5	82,36	,430	,749
Y1.6	82,49	-,053	,770
Y1.7	82,13	,235	,759
Y1.8	82,92	,128	,763
Y1.9	82,60	,079	,765
Y1.10	82,33	-,105	,772
Y1.11	83,08	,239	,759
Y1.12	82,26	,039	,767
Y1.13	82,40	,276	,757
Y1.14	82,27	,291	,756
Y1.15	82,37	,512	,745
Y1.16	82,46	,299	,756
Y1.17	82,46	,091	,765
Y1.18	82,51	,383	,752
Y1.19	82,97	,150	,762
Y1.20	82,53	,434	,749
Y1.21	82,48	,391	,751
Y1.22	82,11	,036	,768



**© Hak cipta milik UIN Suska Riau**

**State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Y1.23	82,72	104,944	,381	,752
Y1.24	82,30	103,583	,469	,748
Y1.25	82,11	111,740	,051	,766
Y1.26	82,41	108,447	,200	,761
Y1.27	82,34	104,026	,411	,750
Y1.28	82,33	105,258	,380	,752
Y1.29	82,17	110,792	,108	,764
Y1.30	82,00	108,135	,261	,758
Y1.31	82,71	110,747	,110	,764
Y1.32	82,71	109,376	,181	,761
Y1.33	82,20	103,600	,478	,747
Y1.34	82,48	105,556	,358	,753

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Uji Coba 2 Setelah Aitem Digugurkan****Reliability Statistics**

Cronbach's	
Alpha	N of Items
,869	16

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1.3	36,09	59,659	,367	,867
Y1.5	36,34	58,215	,473	,862
Y1.13	36,40	59,784	,359	,868
Y1.14	36,09	59,060	,392	,866
Y1.15	36,34	58,526	,443	,864
Y1.16	36,48	59,082	,399	,866
Y1.18	36,38	57,972	,499	,861
Y1.20	36,41	56,235	,686	,853
Y1.21	36,25	57,396	,585	,858
Y1.23	36,47	56,798	,665	,854
Y1.24	36,19	57,461	,532	,860
Y1.27	36,22	57,553	,544	,859
Y1.28	36,14	57,875	,523	,860
Y1.30	35,96	57,163	,536	,860
Y1.33	36,26	56,944	,579	,858
Y1.34	36,34	57,521	,503	,861



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Lampiran E SKALA PENELITIAN

UIN SUSKA RIAU



- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

## KUISSIONER PENELITIAN

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Perkenalkan saya Shintia Nuraisyah Windra, mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau. Saat ini, saya sedang melakukan pengambilan data untuk kebutuhan penelitian tugas akhir (skripsi). Oleh karena itu, saya mengharapkan kesediaan Teman-teman dalam mengisi skala penelitian ini. Penelitian ini dilakukan guna untuk memperoleh gelar Strata Satu (S1) dibawah bimbingan ibu Salmiyati, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

Partisipasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa aktif Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau. **Keikutsertaan teman-teman dalam penelitian ini bersifat sukarela, tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.**

Berikut ini, saya akan memberikan satu set kuisioner kepada teman-teman untuk diisi. Kuisioner ini biasanya dapat diselesaikan dalam waktu sekitar 15-20 menit. Kuisioner ini terdiri dari beberapa bagian yang memiliki petunjuk pengisian masing-masing. Oleh sebab itu, bacalah petunjuk pengisian nya dengan seksama.

Teman-teman diminta untuk mengisi semua butir di dalam kuisioner tersebut secara jujur sesuai dengan apa yang difikirkan, dirasakan, diyakini dan dilakukan.

**Data pribadi yang teman-teman tuliskan akan di jaga kerahasiaanya baik selama proses pengambilan data maupun dalam publikasi ilmiah penelitia ini.**

Jika ada pertanyaan terkait kuisioner ini, teman-teman dapat menghubungi peneliti pada email [shintianuraisyah73@gmail.com](mailto:shintianuraisyah73@gmail.com) terimakasih atas perhatian dan kesediaan yang teman-teman berikan.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Lembar Identitas dan Persetujuan**

Mohon identitas di bawah ini dengan sebenar-benarnya (segala data yang diberikan akan dirahasiakan).

Nama/Inisial : \_\_\_\_\_

Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan \* \_\_\_\_\_

Usia : \_\_\_\_\_

Semester : \_\_\_\_\_

**Pernyataan Persetujuan**

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya sudah membaca petunjuk yang disampaikan dan saya **Bersedia / Tidak Bersedia** \* untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Oleh karena itu, segala sesuatu yang saya tuliskan di dalam form kuisioner ini adalah benar adanya dan dapat di percaya.

Ket : \* Coret salah satu yang tidak sesuai

**UIN SUSKA RIAU**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**SKALA 1**

Petunjuk pengisian skala :

Bacalah dengan cermat setiap pernyataan di bawah ini sebelum teman-teman memberikan jawaban sesuai dengan yang teman-teman rasakan.

Berikut terdapat sejumlah pernyataan yang berhubungan dengan keadaan diri teman-teman sendiri. Setiap pernyataan di sini memiliki **5** kemungkinan alternatif jawaban, yang mana dari pernyataan **Sangat Tidak Sesuai** dengan diri teman teman ke pernyataan **Sangat Sesuai** dengan diri teman-teman. Teman-teman diminta untuk memberikan tanda (**✓**) pada pilihan alternatif yang dapat menggambarkan diri teman-teman secara tepat.

**SS = Sangat Sesuai**

**S = Sesuai**

**N = Netral**

**TS = Tidak Sesuai**

**STS = Sangat Tidak Sesuai**

No	Item	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya kesulitan menghentikan kebiasaan buruk					
2.	Saya pemalas					
3.	Saya melakukan beberapa hal buruk jika hal tersebut menyenangkan					
4.	Hal yang menyenangkan dan bersenang-senang kadang menahan saya untuk menyelesaikan pekerjaan					
5.	Saya kesulitan berkonsentrasi					
6.	Terkadang saya tidak bisa menghentikan diri saya dari sesuatu, meskipun saya tahu itu salah					
7.	Saya sering bertindak tanpa mempertimbangkan seluruh alternatif					

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**SKALA 2**

Petunjuk pengisian skala:

1. Bacalah dengan cermat setiap pernyataan di bawah ini sebelum teman-teman memberikan jawaban yang sesuai dengan yang teman-teman rasakan.
2. Berikut terdapat beberapa pernyataan yang berhubungan dengan yang teman-teman rasakan pada diri teman- teman sendiri. Setiap pernyataan memiliki **4** kemungkinan alternatif jawaban, yang mana dari pernyataan yang **Sangat Sesuai** dengan diri teman-teman ke pernyataan **Sangat Tidak Sesuai** dengan diri teman- teman. Teman-teman di minta untuk memberikan tanda (**✓**) pada opsi yang mengarah ke pada diri teman-teman.

**SS = Sangat Sesuai**

**S = Sesuai**

**TS = Tidak Sesuai**

**STS = Sangat Tidak Sesuai**

No	Item	SS	S	TS	STS
1.	Ketika dosen memberikan pertanyaan, saya berpura-pura berdiskusi dengan teman yang berada disebelah saya agar saya tidak ditunjuk oleh dosen untuk menjawab.				
2.	Saya memikirkan hal-hal yang tidak jelas sebelum persentase dimulai.				
3.	Karena deg-degan, saya mudah kaget terhadap suara yang terjadi tiba-tiba ketika sedang berbicara didepan umum.				
4.	Ketika saya gugup, saya mengetuk-ketuk meja yang ada didepan saya				
5.	Saya merasa takut karena tidak mampu menjawab pertanyaan saat proses diskusi membuat tekanan darah saya meningkat.				
6.	Ketika saya merasa grogi berbicara di depan umum, tiba-tiba telapak tangan saya berkeringat.				
7.	Walaupun saya tahu jawaban dari pertanyaan yang diberikan dosen tetapi				



## © Hak cipta milik UIN Suska Riau

## State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	karna saya bingung mengklimatkan kata-kata dengan baik maka saya memilih untuk tidak menjawab.				
8.	Karena gugup, suara saya bergetar ketika menjawab pertanyaan dari dosen sehingga apa yang saya katakan tidak jelas.				
9.	Saya merasa gugup ketika berkonsultasi materi perkuliahan dengan dosen.				
10.	Saya merasa takut salah dengan apapun yang akan saya jelaskan ketika presentasi.				
11.	Sebelum presentasi saya merasa deg-degan sehingga saya meletakkan alat tulis disembarang tempat.				
12.	Ketika harus berbicara didepan banyak orang, badan saya terasa kaku.				
13.	Saya merasa takut jika telalu lama presentasi didepan kelas sehingga membuat bibir saya kering				
14.	Kepala saya terasa berdenyut-denyut sebelum presentasi dimulai.				
15.	Saya tergesa-gesa untuk menjelaskan materi presentasi agar presentasi cepat berakhir.				
16.	Saya merasa kesal ketika mendapat banyak pertanyaan dari teman-teman ketika presentasi.				



UIN SUSKA RIAU

- © Hak cipta milik UIN Suska Riau
- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Lampiran F  
TABULASI DATA PENELITIAN**

**UIN SUSKA RIAU**



## © Ha

No	Inisial	Jenis Kelamin	Usia	Semester	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7
1	KL	perempuan	23	9	2	2	2	3	2	2	2
2	SA	perempuan	22	9	1	1	2	1	2	1	1
3	WF	perempuan	23	9	3	1	1	3	2	1	1
4	R	perempuan	21	7	3	2	4	2	3	4	4
5	MP	laki-laki	22	9	1	1	1	1	1	1	4
6	MA	perempuan	20	9	1	3	2	2	2	2	2
7	K	perempuan	20	9	5	4	4	2	5	4	2
8	H	Perempuan	22	9	5	5	3	2	4	4	4
9	Z	perempuan	22	9	2	2	4	2	2	4	4
10	HNTP	perempuan	22	9	2	2	5	4	1	3	2
11	T	perempuan	22	9	4	5	3	3	4	2	1
12	A	perempuan	24	11	2	4	2	1	1	2	3
13	D	perempuan	23	11	3	2	2	3	2	2	3
14	NA	perempuan	21	5	4	4	4	4	3	4	4
15	PR	perempuan	23	11	4	5	4	3	3	4	4
16	YRD	perempuan	19	1	2	3	2	1	1	1	2
17	SH	perempuan	24	13	3	3	4	2	3	3	4
18	AC	perempuan	24	13	4	3	2	4	4	4	4
19	NIA	perempuan	20	5	2	2	2	2	1	1	1
20	N	perempuan	19	3	4	3	2	2	3	2	2
21	A	perempuan	22	9	2	3	3	2	1	4	2
22	RW	laki-laki	20	5	1	2	1	1	3	1	4

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

<b>23</b>	<b>BDA</b>	<b>perempuan</b>	21	3	2	2	2	2	2	2	2	3
<b>24</b>	<b>SY</b>	<b>perempuan</b>	19	1	1	3	4	2	2	3	3	3
<b>25</b>	<b>S</b>	<b>perempuan</b>	19	3	4	4	3	2	4	4	4	4
<b>26</b>	<b>A</b>	<b>perempuan</b>	20	3	3	4	3	2	3	3	4	4
<b>27</b>	<b>A</b>	<b>laki-laki</b>	19	3	4	4	4	4	4	5	4	4
<b>28</b>	<b>R</b>	<b>laki-laki</b>	19	3	4	4	4	4	4	5	4	4
<b>29</b>	<b>JS</b>	<b>perempuan</b>	20	3	2	2	4	2	4	4	4	4
<b>30</b>	<b>F</b>	<b>laki-laki</b>	19	3	2	2	4	2	4	4	4	4
<b>31</b>	<b>N</b>	<b>perempuan</b>	19	3	3	3	3	2	3	3	3	3
<b>32</b>	<b>O</b>	<b>perempuan</b>	19	3	3	3	5	5	3	5	5	5
<b>33</b>	<b>RRP</b>	<b>perempuan</b>	19	3	4	4	4	4	4	5	4	4
<b>34</b>	<b>AM</b>	<b>perempuan</b>	19	3	2	4	4	2	2	4	4	4
<b>35</b>	<b>TRP</b>	<b>perempuan</b>	20	3	2	4	4	2	2	4	4	4
<b>36</b>	<b>KN</b>	<b>perempuan</b>	19	3	2	4	2	2	2	3	4	4
<b>37</b>	<b>B</b>	<b>perempuan</b>	20	3	3	2	3	2	4	2	4	4
<b>38</b>	<b>NK</b>	<b>perempuan</b>	20	3	2	3	2	2	3	2	3	3
<b>39</b>	<b>U</b>	<b>perempuan</b>	20	3	3	2	3	2	3	1	3	3
<b>40</b>	<b>V</b>	<b>perempuan</b>	19	3	2	2	2	2	3	3	2	2
<b>41</b>	<b>NES</b>	<b>perempuan</b>	19	3	3	4	2	2	2	4	4	4
<b>42</b>	<b>S</b>	<b>perempuan</b>	21	3	2	3	3	2	2	3	3	3
<b>43</b>	<b>AY</b>	<b>perempuan</b>	19	3	2	2	2	2	2	4	2	2
<b>44</b>	<b>AARD</b>	<b>perempuan</b>	19	3	2	2	2	2	2	3	4	4
<b>45</b>	<b>MA</b>	<b>laki-laki</b>	22	9	1	2	2	1	1	1	1	3
<b>46</b>	<b>N</b>	<b>perempuan</b>	21	9	4	4	5	4	1	4	4	4
<b>47</b>	<b>A</b>	<b>perempuan</b>	19	3	2	2	2	2	2	2	2	3

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

©

<b>48</b>	<b>A</b>	<b>laki-laki</b>	18	1	3	4	4	3	4	4	4
<b>49</b>	<b>AOP</b>	<b>perempuan</b>	20	5	4	4	3	3	3	4	4
<b>50</b>	<b>F</b>	<b>perempuan</b>	20	3	3	3	3	3	4	3	3
<b>51</b>	<b>C</b>	<b>perempuan</b>	19	3	2	2	3	2	3	3	4
<b>52</b>	<b>AYB</b>	<b>perempuan</b>	19	3	1	1	1	1	1	3	3
<b>53</b>	<b>SYA</b>	<b>perempuan</b>	21	3	2	3	3	2	1	3	2
<b>54</b>	<b>C</b>	<b>perempuan</b>	19	3	4	3	4	3	3	4	3
<b>55</b>	<b>A</b>	<b>perempuan</b>	20	3	3	3	4	3	3	3	3
<b>56</b>	<b>SJ</b>	<b>perempuan</b>	20	3	3	2	4	2	3	4	4
<b>57</b>	<b>S</b>	<b>perempuan</b>	19	3	4	4	4	2	2	4	4
<b>58</b>	<b>R</b>	<b>laki-laki</b>	19	3	2	3	4	2	3	2	2
<b>59</b>	<b>LL</b>	<b>perempuan</b>	20	3	2	2	2	3	2	2	2
<b>60</b>	<b>NZF</b>	<b>perempuan</b>	19	3	2	3	3	2	3	3	4
<b>61</b>	<b>NA</b>	<b>perempuan</b>	19	3	1	2	2	2	1	1	2
<b>62</b>	<b>D</b>	<b>perempuan</b>	19	3	3	3	3	2	3	3	4
<b>63</b>	<b>AS</b>	<b>perempuan</b>	20	3	3	4	3	1	4	2	4
<b>64</b>	<b>L</b>	<b>perempuan</b>	20	3	4	3	4	3	3	4	4
<b>65</b>	<b>SS</b>	<b>perempuan</b>	21	7	4	5	5	2	4	3	5
<b>66</b>	<b>F</b>	<b>laki-laki</b>	18	1	3	2	3	4	3	4	4
<b>67</b>	<b>N</b>	<b>perempuan</b>	19	1	2	3	4	1	1	4	2
<b>68</b>	<b>C</b>	<b>perempuan</b>	19	1	3	3	2	2	3	3	3
<b>69</b>	<b>L</b>	<b>laki-laki</b>	17	1	4	3	3	5	4	3	4
<b>70</b>	<b>F</b>	<b>perempuan</b>	18	1	3	4	4	2	3	4	4
<b>71</b>	<b>K</b>	<b>perempuan</b>	18	1	2	4	4	1	4	3	5
<b>72</b>	<b>FA</b>	<b>perempuan</b>	19	1	2	4	2	2	5	3	4

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

©

<b>73</b>	<b>MN</b>	<b>laki-laki</b>	18	1	2	2	2	2	3	4	4
<b>74</b>	<b>D</b>	<b>perempuan</b>	18	1	3	3	4	3	2	3	3
<b>75</b>	<b>FH</b>	<b>laki-laki</b>	18	1	3	4	3	2	3	3	4
<b>76</b>	<b>FA</b>	<b>perempuan</b>	17	1	3	4	2	4	1	3	5
<b>77</b>	<b>S</b>	<b>perempuan</b>	20	1	2	3	3	2	2	3	3
<b>78</b>	<b>S</b>	<b>laki-laki</b>	19	1	4	4	5	5	4	5	4
<b>79</b>	<b>FU</b>	<b>perempuan</b>	17	1	3	3	5	2	4	4	4
<b>80</b>	<b>N</b>	<b>perempuan</b>	21	5	4	3	2	4	2	4	2
<b>81</b>	<b>OZN</b>	<b>perempuan</b>	19	1	3	2	2	2	2	2	2
<b>82</b>	<b>M</b>	<b>perempuan</b>	18	1	4	5	4	3	4	4	5
<b>83</b>	<b>ASA</b>	<b>perempuan</b>	18	1	2	2	4	2	4	3	4
<b>84</b>	<b>N</b>	<b>perempuan</b>	18	1	3	3	3	2	3	3	4
<b>85</b>	<b>B</b>	<b>perempuan</b>	19	1	3	3	4	2	4	3	4
<b>86</b>	<b>H</b>	<b>perempuan</b>	18	1	2	3	1	2	5	2	2
<b>87</b>	<b>XY</b>	<b>laki-laki</b>	21	5	5	5	4	3	4	4	3
<b>88</b>	<b>N</b>	<b>perempuan</b>	21	5	2	3	3	2	2	3	2
<b>89</b>	<b>D</b>	<b>perempuan</b>	21	5	3	3	3	4	3	2	3
<b>90</b>	<b>V</b>	<b>perempuan</b>	20	5	2	3	4	2	2	2	3
<b>91</b>	<b>KS</b>	<b>perempuan</b>	22	9	5	4	5	5	3	5	5
<b>92</b>	<b>MJ</b>	<b>perempuan</b>	21	5	1	3	2	2	1	1	2
<b>93</b>	<b>N</b>	<b>perempuan</b>	21	5	1	3	1	1	1	1	1
<b>94</b>	<b>R</b>	<b>laki-laki</b>	24	13	3	3	5	3	5	3	4
<b>95</b>	<b>S</b>	<b>perempuan</b>	25	13	4	5	5	3	2	5	4
<b>96</b>	<b>MS</b>	<b>laki-laki</b>	20	7	3	3	5	3	4	3	4
<b>97</b>	<b>Y</b>	<b>laki-laki</b>	20	5	4	4	4	2	2	3	3

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

<b>98</b>	<b>H</b>	<b>perempuan</b>	21	5	3	3	3	3	2	3	3
<b>99</b>	<b>RAS</b>	<b>perempuan</b>	20	5	4	3	4	3	2	3	3
<b>100</b>	<b>T</b>	<b>perempuan</b>	22	9	2	2	2	3	2	2	2
<b>101</b>	<b>TP</b>	<b>laki-laki</b>	20	5	2	2	3	1	3	4	4
<b>102</b>	<b>W</b>	<b>laki-laki</b>	21	5	4	5	4	4	4	3	3
<b>103</b>	<b>S</b>	<b>perempuan</b>	21	5	3	4	3	3	4	4	4
<b>104</b>	<b>MGA</b>	<b>laki-laki</b>	19	3	1	1	4	2	1	3	5
<b>105</b>	<b>Q</b>	<b>perempuan</b>	18	1	2	3	4	4	2	5	5
<b>106</b>	<b>FNA</b>	<b>perempuan</b>	20	5	2	3	4	3	3	2	4
<b>107</b>	<b>D</b>	<b>perempuan</b>	21	5	2	3	3	2	3	3	4
<b>108</b>	<b>R</b>	<b>laki-laki</b>	21	7	3	3	5	3	2	5	3
<b>109</b>	<b>U</b>	<b>Perempuan</b>	21	7	2	3	4	2	3	3	4
<b>110</b>	<b>H</b>	<b>perempuan</b>	21	7	2	3	2	2	3	2	4
<b>111</b>	<b>DK</b>	<b>perempuan</b>	21	7	4	3	2	2	2	2	3
<b>112</b>	<b>E</b>	<b>perempuan</b>	20	7	4	3	2	2	3	3	3
<b>113</b>	<b>BY</b>	<b>perempuan</b>	21	7	3	4	4	3	4	3	2
<b>114</b>	<b>B</b>	<b>perempuan</b>	21	7	3	4	4	3	2	4	2
<b>115</b>	<b>R</b>	<b>laki-laki</b>	21	7	4	4	4	2	3	4	4
<b>116</b>	<b>H</b>	<b>laki-laki</b>	22	7	2	2	2	4	4	4	4
<b>117</b>	<b>A</b>	<b>laki-laki</b>	21	7	1	3	3	1	5	4	5
<b>118</b>	<b>R</b>	<b>perempuan</b>	21	5	4	4	2	2	4	3	3
<b>119</b>	<b>PR</b>	<b>laki-laki</b>	24	11	2	3	2	1	3	2	4
<b>120</b>	<b>SS</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	5	4	5	3	4	5	5
<b>121</b>	<b>R</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	2	4	2	2	2	2	5
<b>122</b>	<b>TPP</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	3	2	1	3	3	3	3

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

<b>123</b>	<b>F</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	4	4	4	4	4	4	4
<b>124</b>	<b>V</b>	<b>Perempuan</b>	20	5	3	2	3	3	2	3	3
<b>125</b>	<b>E</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	3	3	3	2	2	4	5
<b>126</b>	<b>ps</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	1	1	2	1	2	2	2
<b>127</b>	<b>T</b>	<b>Perempuan</b>	22	7	3	4	4	3	4	4	4
<b>128</b>	<b>E</b>	<b>Laki-laki</b>	22	9	5	5	3	3	5	5	5
<b>129</b>	<b>PR</b>	<b>Perempuan</b>	23	11	3	4	4	4	4	4	4
<b>130</b>	<b>A</b>	<b>Laki-laki</b>	20	13	4	4	4	2	3	2	4
<b>131</b>	<b>A</b>	<b>Laki-laki</b>	20	3	4	4	3	2	2	1	1
<b>132</b>	<b>Tra</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	3	4	2	4	5	5	5
<b>133</b>	<b>WL</b>	<b>Perempuan</b>	21	5	4	5	4	3	4	3	4
<b>134</b>	<b>W</b>	<b>Laki-laki</b>	21	5	3	5	5	1	3	2	4
<b>135</b>	<b>AI</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	4	4	4	4	4	2	4
<b>136</b>	<b>M</b>	<b>Perempuan</b>	22	7	3	2	3	2	3	2	3
<b>137</b>	<b>ZA</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	3	4	4	3	2	2	2
<b>138</b>	<b>C</b>	<b>Perempuan</b>	23	9	3	4	5	2	3	2	4
<b>139</b>	<b>F</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	2	2	2	2	2	2	3
<b>140</b>	<b>R</b>	<b>Perempuan</b>	21	7	3	4	3	2	4	3	4
<b>141</b>	<b>IN</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	3	3	3	3	3	3	3
<b>142</b>	<b>TP</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	3	4	3	2	3	2	3
<b>143</b>	<b>S</b>	<b>Perempuan</b>	23	9	3	3	3	3	2	2	4
<b>144</b>	<b>DF</b>	<b>Perempuan</b>	19	3	2	3	4	3	3	2	3
<b>145</b>	<b>Ma</b>	<b>Laki-laki</b>	22	9	1	3	3	3	3	3	3
<b>146</b>	<b>M. H</b>	<b>Laki-laki</b>	20	5	3	4	4	2	3	2	4
<b>147</b>	<b>A</b>	<b>Perempuan</b>	19	1	5	5	5	3	3	5	5

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin.

<b>148</b>	<b>ER</b>	<b>Laki-laki</b>	19	1	2	4	3	4	5	4	1
<b>149</b>	<b>Sl</b>	<b>Laki-laki</b>	19	5	2	5	5	4	3	5	4
<b>150</b>	<b>Z</b>	<b>Perempuan</b>	19	1	2	3	4	1	2	3	4
<b>151</b>	<b>TR</b>	<b>Perempuan</b>	20	3	5	5	5	5	3	5	4
<b>152</b>	<b>R</b>	<b>Perempuan</b>	19	1	3	3	5	4	3	4	5
<b>153</b>	<b>RA</b>	<b>Perempuan</b>	20	3	5	4	5	4	4	5	5
<b>154</b>	<b>JN</b>	<b>Laki-laki</b>	23	7	4	5	5	4	4	5	5
<b>155</b>	<b>Na</b>	<b>Perempuan</b>	23	9	5	4	4	3	5	5	5
<b>156</b>	<b>Qdr</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	3	5	4	3	2	5	4
<b>157</b>	<b>M</b>	<b>Laki-laki</b>	21	7	2	2	3	3	1	3	4
<b>158</b>	<b>KNNR</b>	<b>Perempuan</b>	19	5	2	4	5	2	4	4	5
<b>159</b>	<b>N</b>	<b>Perempuan</b>	20	5	2	3	3	3	3	4	4
<b>160</b>	<b>Y</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	5	3	5	1	1	3	5
<b>161</b>	<b>h</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	2	2	4	3	1	3	3
<b>162</b>	<b>Wa</b>	<b>Perempuan</b>	18	1	3	3	3	2	3	4	4
<b>163</b>	<b>J</b>	<b>Perempuan</b>	17	1	3	3	4	3	4	2	4
<b>164</b>	<b>L</b>	<b>Perempuan</b>	21	7	4	3	3	2	3	4	4
<b>165</b>	<b>A</b>	<b>Laki-laki</b>	21	5	1	2	1	2	1	1	2
<b>166</b>	<b>Ma</b>	<b>Perempuan</b>	23	9	3	3	3	2	2	2	3
<b>167</b>	<b>Po</b>	<b>Laki-laki</b>	20	5	4	5	5	2	5	5	5
<b>168</b>	<b>W</b>	<b>Laki-laki</b>	20	5	4	3	4	5	5	1	2
<b>169</b>	<b>Rr</b>	<b>Laki-laki</b>	21	7	5	2	2	2	2	5	2
<b>170</b>	<b>A</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	4	4	4	4	4	4	4
<b>171</b>	<b>L</b>	<b>Perempuan</b>	21	7	2	3	4	2	3	3	3
<b>172</b>	<b>E</b>	<b>Perempuan</b>	19	1	4	4	4	3	3	4	4

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

<b>173</b>	<b>N</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	2	3	2	2	3	2	3
<b>174</b>	<b>M</b>	<b>Perempuan</b>	23	9	3	3	4	2	2	2	2
<b>175</b>	<b>Ok</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	3	3	3	4	2	3	3
<b>176</b>	<b>R</b>	<b>Perempuan</b>	19	1	1	1	1	3	1	1	1
<b>177</b>	<b>G</b>	<b>Perempuan</b>	19	1	2	3	4	3	4	4	4
<b>178</b>	<b>RH</b>	<b>Perempuan</b>	17	1	3	1	1	2	3	2	2
<b>179</b>	<b>a</b>	<b>Perempuan</b>	19	1	3	2	3	1	2	2	2
<b>180</b>	<b>e</b>	<b>Perempuan</b>	19	1	3	3	4	3	2	3	3
<b>181</b>	<b>F</b>	<b>Perempuan</b>	21	5	1	5	5	5	5	5	5
<b>182</b>	<b>a</b>	<b>Perempuan</b>	19	1	2	1	4	1	3	2	2
<b>183</b>	<b>R</b>	<b>Perempuan</b>	19	1	1	2	1	3	3	1	1
<b>184</b>	<b>R</b>	<b>Laki-laki</b>	22	9	3	3	1	2	3	2	2
<b>185</b>	<b>K</b>	<b>Laki-laki</b>	20	5	2	3	2	2	2	2	3
<b>186</b>	<b>CI</b>	<b>Perempuan</b>	21	7	4	5	4	3	3	2	1
<b>187</b>	<b>kk</b>	<b>Laki-laki</b>	21	7	5	4	4	2	1	2	2
<b>188</b>	<b>M</b>	<b>Perempuan</b>	23	9	3	3	4	4	3	3	3
<b>189</b>	<b>D</b>	<b>Perempuan</b>	22	9	1	3	2	2	1	1	4
<b>190</b>	<b>Fm</b>	<b>Perempuan</b>	19	1	5	4	5	5	5	5	5
<b>191</b>	<b>k</b>	<b>Perempuan</b>	19	1	5	3	1	3	4	1	3
<b>192</b>	<b>Yr</b>	<b>Laki-laki</b>	18	1	3	5	3	1	4	5	2
<b>193</b>	<b>Me</b>	<b>Laki-laki</b>	18	1	3	5	3	1	4	5	2
<b>194</b>	<b>A</b>	<b>Laki-laki</b>	18	1	3	5	3	1	4	5	2
<b>195</b>	<b>L</b>	<b>Perempuan</b>	18	1	4	5	2	2	3	4	4
<b>196</b>	<b>Sw</b>	<b>Perempuan</b>	18	1	4	5	2	2	3	4	4
<b>197</b>	<b>Nr</b>	<b>Perempuan</b>	18	1	4	5	2	2	3	4	4

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

<b>198</b>	<b>Kl</b>	<b>Perempuan</b>	18	1	4	5	2	2	3	4	4
<b>199</b>	<b>Ey</b>	<b>Perempuan</b>	18	1	4	5	2	2	3	4	4
<b>200</b>	<b>Qq</b>	<b>Perempuan</b>	21	7	1	1	1	1	3	1	2
<b>201</b>	<b>Raf</b>	<b>Laki-laki</b>	17	1	2	3	4	2	2	1	1
<b>202</b>	<b>Zz</b>	<b>Laki-laki</b>	21	7	2	3	1	1	3	4	1
<b>203</b>	<b>U</b>	<b>Laki-laki</b>	23	11	1	3	5	5	5	5	1
<b>204</b>	<b>L</b>	<b>Perempuan</b>	19	1	4	5	5	3	3	5	5
<b>205</b>	<b>T</b>	<b>Perempuan</b>	20	3	2	4	3	3	3	1	4
<b>206</b>	<b>A</b>	<b>Laki-laki</b>	22	9	4	4	4	2	4	2	4
<b>207</b>	<b>Ra</b>	<b>Laki-laki</b>	21	7	3	3	5	5	5	5	5
<b>208</b>	<b>R</b>	<b>Laki-laki</b>	21	7	3	5	1	2	5	4	5
<b>209</b>	<b>R</b>	<b>Laki-laki</b>	21	7	3	5	1	2	5	4	5
<b>210</b>	<b>R</b>	<b>Laki-laki</b>	21	7	3	5	1	2	5	4	5
<b>211</b>	<b>P</b>	<b>Perempuan</b>	20	3	2	5	5	2	3	1	3
<b>212</b>	<b>Y</b>	<b>Perempuan</b>	23	11	1	5	2	3	2	2	3
<b>213</b>	<b>G</b>	<b>Perempuan</b>	21	7	2	5	3	1	4	2	5
<b>214</b>	<b>HM</b>	<b>Perempuan</b>	18	9	3	3	5	1	5	1	3
<b>215</b>	<b>Nn</b>	<b>Laki-laki</b>	19	3	3	5	3	1	2	5	3
<b>216</b>	<b>W</b>	<b>Perempuan</b>	20	3	3	5	1	3	3	4	2
<b>217</b>	<b>Rwa</b>	<b>Perempuan</b>	23	11	2	5	4	3	3	5	1
<b>218</b>	<b>Ty</b>	<b>Laki-laki</b>	21	7	1	4	2	5	5	2	3
<b>219</b>	<b>MRR</b>	<b>Laki-laki</b>	22	3	3	3	5	4	3	2	1
<b>220</b>	<b>Qn</b>	<b>Perempuan</b>	17	1	5	1	2	3	2	2	5



© Ha

Hak Cipta Dilarang Jual Beli

### Tabulas Data Penelitian Kecemasan Berbicara di Depan Umum

No	Inisial	Jenis Kelamin	Usia	Semester	Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	Y.9	Y.10	Y.11	Y.12	Y.13	Y.14	Y.15	Y.16
1	KL	perempuan	23	9	3	2	3	1	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	4
2	SA	perempuan	22	9	3	2	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4
3	WF	perempuan	23	9	3	3	1	2	3	3	4	4	4	4	4	4	2	2	3	4
4	R	perempuan	21	7	2	2	2	3	3	3	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2
5	MP	laki-laki	22	9	4	4	3	2	4	4	4	4	2	3	1	1	2	4	3	3
6	MA	perempuan	20	9	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	3	3
7	K	perempuan	20	9	1	3	3	4	1	4	4	2	2	1	3	2	3	1	2	4
8	H	Perempuan	22	9	3	2	3	1	2	3	3	2	1	2	2	2	3	1	3	3
9	Z	perempuan	22	9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3
10	HNTP	perempuan	22	9	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2
11	T	perempuan	22	9	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	1	2	4	3
12	A	perempuan	24	11	4	4	4	2	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	4	4
13	D	perempuan	23	11	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	1	2	2	3
14	NA	perempuan	21	5	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	3
15	PR	perempuan	23	11	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3
16	YRD	perempuan	19	1	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2
17	SH	perempuan	24	13	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2
18	AC	perempuan	24	13	1	2	2	2	3	2	1	2	2	1	3	2	2	1	2	1
19	NIA	perempuan	20	5	1	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2
20	N	perempuan	19	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3
21	A	perempuan	22	9	3	3	4	4	4	4	4	4	2	3	2	4	3	4	4	4
22	RW	laki-laki	20	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2
23	BDA	perempuan	21	3	2	3	3	2	2	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	1
24	SY	perempuan	19	1	3	4	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4
25	S	perempuan	19	3	4	4	4	2	4	4	4	3	3	4	1	3	3	1	3	3
26	A	perempuan	20	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	4	1	3	3	1	3	3
27	A	laki-laki	19	3	2	2	3	2	3	4	2	4	3	3	3	3	2	2	2	1
28	R	laki-laki	19	3	2	2	3	2	3	4	2	4	3	3	3	3	2	2	2	2
29	JS	perempuan	20	3	4	4	4	2	4	4	2	3	3	3	4	3	3	2	4	4
30	F	laki-laki	19	3	4	4	4	2	4	4	2	3	3	3	4	3	3	2	4	4
31	N	perempuan	19	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3
32	O	perempuan	19	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2
33	RRP	perempuan	19	3	2	2	3	2	3	4	2	4	3	3	3	3	2	2	2	2

- Hak Cipta Dilarang Jual Beli**
- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
    - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  - Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin.



**Halaman Dua Milik UIN SUSKA RIAU**

©

<b>34</b>	<b>H</b> AM	<b>perempuan</b>	19	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2
<b>35</b>	<b>T</b> RP	<b>perempuan</b>	20	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2
<b>36</b>	<b>K</b> N	<b>perempuan</b>	19	3	3	2	2	2	2	4	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2
<b>37</b>	<b>B</b>	<b>perempuan</b>	20	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	1	1	3	3	2
<b>38</b>	<b>NK</b>	<b>perempuan</b>	20	3	1	3	4	4	4	2	1	2	3	4	3	3	4	2	3	2
<b>39</b>	<b>U</b>	<b>perempuan</b>	20	3	2	2	3	1	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2
<b>40</b>	<b>V</b>	<b>perempuan</b>	19	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4
<b>41</b>	<b>NES</b>	<b>perempuan</b>	19	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1
<b>42</b>	<b>S</b>	<b>perempuan</b>	21	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2
<b>43</b>	<b>AY</b>	<b>perempuan</b>	19	3	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2
<b>44</b>	<b>AARD</b>	<b>perempuan</b>	19	3	2	1	3	2	4	4	4	4	2	4	3	3	4	3	3	4
<b>45</b>	<b>MA</b>	<b>laki-laki</b>	22	9	1	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4
<b>46</b>	<b>N</b>	<b>perempuan</b>	21	9	2	3	1	1	4	2	3	1	1	1	3	2	3	2	2	1
<b>47</b>	<b>A</b>	<b>perempuan</b>	19	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
<b>48</b>	<b>A</b>	<b>laki-laki</b>	18	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>49</b>	<b>AOP</b>	<b>perempuan</b>	20	5	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
<b>50</b>	<b>F</b>	<b>perempuan</b>	20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>51</b>	<b>C</b>	<b>perempuan</b>	19	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3
<b>52</b>	<b>RAYB</b>	<b>perempuan</b>	19	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3
<b>53</b>	<b>SYA</b>	<b>perempuan</b>	21	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3
<b>54</b>	<b>C</b>	<b>perempuan</b>	19	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3
<b>55</b>	<b>A</b>	<b>perempuan</b>	20	3	3	3	3	3	3	1	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3
<b>56</b>	<b>SJ</b>	<b>perempuan</b>	20	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2
<b>57</b>	<b>S</b>	<b>perempuan</b>	19	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2
<b>58</b>	<b>R</b>	<b>laki-laki</b>	19	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2
<b>59</b>	<b>LL</b>	<b>perempuan</b>	20	3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3
<b>60</b>	<b>NZF</b>	<b>perempuan</b>	19	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3
<b>61</b>	<b>NA</b>	<b>perempuan</b>	19	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
<b>62</b>	<b>D</b>	<b>perempuan</b>	19	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3
<b>63</b>	<b>AS</b>	<b>perempuan</b>	20	3	3	3	4	4	2	4	3	2	3	3	4	1	2	2	1	2
<b>64</b>	<b>L</b>	<b>perempuan</b>	20	3	2	1	2	1	2	1	1	2	3	2	1	3	2	1	3	2
<b>65</b>	<b>SS</b>	<b>perempuan</b>	21	7	3	1	2	1	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>66</b>	<b>F</b>	<b>laki-laki</b>	18	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	2	2
<b>67</b>	<b>N</b>	<b>perempuan</b>	19	1	2	3	4	4	3	1	4	4	2	3	4	3	4	4	4	2
<b>68</b>	<b>C</b>	<b>perempuan</b>	19	1	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3
<b>69</b>	<b>L</b>	<b>laki-laki</b>	17	1	2	3	4	2	2	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin.



**© Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang  
Halaman ini merupakan milik UIN SUSKA RIAU**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

70	F	perempuan	18	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2
71	K	perempuan	18	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3
72	FA	perempuan	19	1	1	4	2	2	3	2	2	2	3	2	1	3	3	1	3
73	MN	laki-laki	18	1	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3
74	D	perempuan	18	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3
75	FH	laki-laki	18	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
76	FA	perempuan	17	1	2	4	3	4	2	1	1	1	2	3	4	2	1	1	2
77	S	perempuan	20	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
78	S	laki-laki	19	1	1	1	2	2	2	3	2	3	2	3	1	2	2	2	1
79	FU	perempuan	17	1	2	2	3	3	3	4	2	2	2	3	3	2	2	2	2
80	N	perempuan	21	5	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3
81	OZN	perempuan	19	1	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2
82	M	perempuan	18	1	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2
83	ASA	perempuan	18	1	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3
84	N	perempuan	18	1	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2
85	B	perempuan	19	1	2	2	2	1	1	3	2	2	1	3	1	1	1	2	3
86	H	perempuan	18	1	1	2	2	4	4	4	3	4	2	3	4	3	3	2	3
87	XY	laki-laki	21	5	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	1	2
88	N	perempuan	21	5	3	4	4	4	3	4	2	4	2	4	4	4	3	4	2
89	D	perempuan	21	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
90	V	perempuan	20	5	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3
91	KS	perempuan	22	9	2	3	2	1	2	3	2	4	3	3	1	2	3	3	3
92	MJ	perempuan	21	5	1	3	4	1	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2
93	N	perempuan	21	5	4	3	4	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	4	4
94	R	laki-laki	24	13	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3
95	S	perempuan	25	13	2	1	4	4	4	3	2	4	4	4	2	4	4	3	4
96	MS	laki-laki	20	7	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	2	4
97	Y	laki-laki	20	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3
98	H	perempuan	21	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2
99	RAS	perempuan	20	5	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3
100	T	perempuan	22	9	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1
101	TP	laki-laki	20	5	2	1	1	2	2	1	4	2	4	2	2	3	2	1	1
102	W	laki-laki	21	5	2	1	2	1	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3
103	S	perempuan	21	5	3	2	3	2	3	4	4	3	2	2	2	2	2	3	3
104	MGA	laki-laki	19	3	2	3	2	3	3	3	4	3	2	4	2	3	3	2	4
105	Q	perempuan	18	1	1	3	1	1	2	4	2	2	2	2	2	2	1	2	



**Haqiqah Silimah Ulang Tahun**

(C)

106	FNA	perempuan	20	5	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
107	D	perempuan	21	5	3	4	4	2	4	3	4	2	4	4	2	3	3	3	4
108	R	laki-laki	21	7	3	3	2	3	3	4	2	4	3	3	2	4	3	4	4
109	U	Perempuan	21	7	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2
110	H	perempuan	21	7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
111	DK	perempuan	21	7	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2
112	E	perempuan	20	7	4	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2
113	BY	perempuan	21	7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
114	B	perempuan	21	7	2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3
115	R	laki-laki	21	7	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3
116	H	laki-laki	22	7	2	2	3	1	4	3	4	2	2	3	2	2	3	2	2
117	A	laki-laki	21	7	2	4	4	1	4	3	2	2	1	4	1	2	1	1	1
118	R	perempuan	21	5	2	3	4	2	1	4	1	3	4	2	3	1	1	3	2
119	PR	laki-laki	24	11	2	4	2	4	3	4	2	2	2	3	2	3	3	1	3
120	SS	Perempuan	22	9	4	3	4	3	3	1	2	3	4	4	3	1	2	2	2
121	R	Perempuan	22	9	4	4	3	3	2	3	3	3	2	4	2	3	2	2	1
122	TPP	Perempuan	22	9	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2
123	F	Perempuan	22	9	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2
124	V	Perempuan	20	5	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2
125	E	Perempuan	22	9	1	3	2	2	3	4	3	2	2	3	3	2	2	1	2
126	ps	Perempuan	22	9	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	2	4	2	4	3
127	T	Perempuan	22	7	3	1	3	2	3	1	2	3	3	2	1	2	1	1	2
128	E	Laki-laki	22	9	2	1	2	3	2	2	2	2	2	1	1	4	2	2	4
129	PR	Perempuan	23	11	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3
130	A	Laki-laki	20	13	1	3	2	1	1	4	2	4	3	3	4	4	3	2	2
131	A	Laki-laki	20	3	2	1	2	1	1	4	2	4	3	2	2	3	2	2	1
132	Tra	Perempuan	22	9	1	2	1	1	2	3	1	1	2	2	1	4	1	1	2
133	WL	Perempuan	21	5	3	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4
134	W	Laki-laki	21	5	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2
135	AI	Perempuan	22	9	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3
136	M	Perempuan	22	7	3	1	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3
137	ZA	Perempuan	22	9	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3
138	C	Perempuan	23	9	3	3	2	4	2	4	3	3	2	3	2	2	2	2	3
139	F	Perempuan	22	9	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3
140	R	Perempuan	21	7	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	1	2
141	IN	Perempuan	22	9	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun



©

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

142	H	TP	Perempuan	22	9	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2
143	S		Perempuan	23	9	3	2	1	4	3	2	3	2	3	3	2	2	2	1	1
144	DF		Perempuan	19	3	2	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	1	2	3
145	Ma		Laki-laki	22	9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
146	M. H		Laki-laki	20	5	3	2	4	4	3	2	2	4	3	2	2	1	3	3	4
147	A		Perempuan	19	1	1	1	4	1	1	2	3	1	1	3	1	1	1	1	1
148	ER		Laki-laki	19	1	1	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2
149	Sl		Laki-laki	19	5	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1
150	Z		Perempuan	19	1	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4
151	TR		Perempuan	20	3	1	3	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2
152	R		Perempuan	19	1	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	1	4	4	4
153	RA		Perempuan	20	3	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1
154	JN		Laki-laki	23	7	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2
155	Na		Perempuan	23	9	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2
156	Qdr		Perempuan	22	9	3	1	1	3	3	3	2	1	1	3	2	1	3	1	2
157	M		Laki-laki	21	7	3	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	3	2	3
158	KNNR		Perempuan	19	5	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
159	N		Perempuan	20	5	2	2	2	2	2	3	3	3	2	1	2	3	2	2	3
160	Y		Perempuan	22	9	1	4	1	4	2	4	3	4	1	4	3	1	3	1	1
161	h		Perempuan	22	9	4	3	3	1	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4
162	Wa		Perempuan	18	1	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3
163	J		Perempuan	17	1	3	1	1	3	4	4	2	3	2	2	2	3	2	1	4
164	L		Perempuan	21	7	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3
165	A		Laki-laki	21	5	2	3	3	2	3	4	4	3	4	3	4	2	2	3	4
166	Ma		Perempuan	23	9	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4
167	Po		Laki-laki	20	5	4	1	4	1	1	3	1	3	1	2	3	1	1	1	1
168	W		Laki-laki	20	5	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1
169	Rr		Laki-laki	21	7	1	4	3	2	4	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1
170	A		Perempuan	22	9	2	3	4	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3
171	L		Perempuan	21	7	2	1	1	1	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3
172	E		Perempuan	19	1	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	1	2	2	3	2
173	N		Perempuan	22	9	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3
174	M		Perempuan	23	9	2	3	2	1	1	4	3	4	4	4	2	3	3	2	3
175	Ok		Perempuan	22	9	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3
176	R		Perempuan	19	1	2	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
177	G		Perempuan	19	1	3	3	2	3	1	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

©

178	RH	Perempuan	17	1	2	4	4	3	2	4	4	4	1	4	4	3	4	1	4	4
179	a	Perempuan	19	1	1	3	3	1	1	3	2	2	1	2	3	3	2	1	2	4
180	e	Perempuan	19	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
181	F	Perempuan	21	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
182	a	Perempuan	19	1	4	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4
183	R	Perempuan	19	1	3	4	4	2	4	2	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4
184	R	Laki-laki	22	9	2	4	3	4	4	4	2	3	3	4	4	3	4	4	3	2
185	K	Laki-laki	20	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
186	CI	Perempuan	21	7	2	4	3	3	1	1	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4
187	kk	Laki-laki	21	7	1	2	2	3	4	3	2	3	3	4	3	1	1	3	4	1
188	M	Perempuan	23	9	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3
189	D	Perempuan	22	9	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
190	Fm	Perempuan	19	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
191	k	Perempuan	19	1	2	3	3	1	4	4	2	3	3	3	4	4	4	3	4	3
192	Yr	Laki-laki	18	1	3	4	1	1	3	2	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4
193	Me	Laki-laki	18	1	3	4	1	1	3	2	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4
194	A	Laki-laki	18	1	3	4	1	1	3	2	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4
195	L	Perempuan	18	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3
196	Sw	Perempuan	18	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3
197	Nr	Perempuan	18	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3
198	Kl	Perempuan	18	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3
199	Ey	Perempuan	18	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3
200	Qq	Perempuan	21	7	2	4	2	2	4	2	1	4	2	4	1	3	2	2	4	2
201	Raf	Laki-laki	17	1	4	3	4	3	4	4	3	3	3	2	2	4	4	2	1	3
202	Zz	Laki-laki	21	7	3	4	3	3	4	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3
203	U	Laki-laki	23	11	3	1	1	1	4	3	3	1	3	1	1	1	1	4	4	4
204	L	Perempuan	19	1	1	1	3	1	4	3	4	1	1	1	4	2	1	1	2	1
205	T	Perempuan	20	3	1	2	1	4	2	1	3	2	1	1	1	1	4	1	3	1
206	A	Laki-laki	22	9	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3
207	Ra	Laki-laki	21	7	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
208	R	Laki-laki	21	7	1	2	4	4	1	3	4	3	4	3	2	3	4	3	4	2
209	R	Laki-laki	21	7	1	2	4	4	1	3	4	3	4	3	2	3	4	3	4	2
210	R	Laki-laki	21	7	1	2	4	4	1	3	4	3	4	3	2	3	4	3	4	2
211	P	Perempuan	20	3	4	2	4	4	1	2	4	4	3	4	3	4	2	2	3	3
212	Y	Perempuan	23	11	2	4	4	2	4	2	4	2	3	2	4	2	4	2	4	2
213	G	Perempuan	21	7	1	3	4	4	4	1	1	2	1	1	2	3	2	1	1	1

- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
- Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

State Islamic U

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

214	HM	Perempuan	18	9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
215	Nn	Laki-laki	19	3	1	3	3	2	1	3	4	3	3	3	2	1	1	4	3	2
216	W	Perempuan	20	3	3	4	4	2	1	1	4	4	4	3	3	2	1	4	4	3
217	Rwa	Perempuan	23	11	3	2	3	3	4	3	3	2	2	4	4	1	4	1	1	2
218	Ty	Laki-laki	21	7	3	1	2	4	4	3	1	2	3	3	3	1	3	3	2	2
219	MRR	Laki-laki	22	3	4	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1
220	Qn	Perempuan	17	1	3	3	2	1	3	3	2	4	4	4	4	4	1	4	4	4

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

## Lampiran G UJI ASUMSI



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**A. Hasil Uji Normalitas Kolmogorof Smirnov****One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

N	Unstandardized Residual	
	Mean	,0000000
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Std. Deviation	9,61452672
Most Extreme Differences	Absolute	,052
	Positive	,031
	Negative	-,052
Test Statistic		,052
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 <sup>c,d</sup>

- a. Test distribution is Normal.  
 b. Calculated from data.  
 c. Lilliefors Significance Correction.  
 d. This is a lower bound of the true significance.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**B. Hasil Uji Linearitas****ANOVA Table**

			Sum of	df	Mean Square	F	Sig.
			Squares				
Kecemasan Berbicara di Depan Umum * Self Control	Between Groups	(Combined)	7439,467	24	309,978	3,728	,000
		Linearity	3410,718	1	3410,718	41,016	,000
		Deviation from Linearity	4028,748	23	175,163	2,106	,003
	Within Groups		16215,420	195	83,156		
	Total		23654,886	220			

**Case Processing Summary**

	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kecemasan Berbicara di Depan Umum * Self Control	220	100,0%	0	0,0%	220	100,0%

**Measures of Association**

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Kecemasan Berbicara di Depan Umum * Self Control	,380	,144	,561	,315



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Lampiran H UJI HIPOTESIS

UIN SUSKA RIAU



## © Hak cipta milik UIN Suska Riau

## State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hasil Uji Hipotesis****Correlations**

		VariabelY	VariabelX
VariabelY	Pearson Correlation	1	-,393 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	220	220
VariabelX	Pearson Correlation	-,393 <sup>**</sup>	1
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	220	220

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Lampiran I  
SURAT PENELITIAN**

**UIN SUSKA RIAU**



© Hanafi

UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**كلية علم النفس**  
**FACULTY OF PSYCHOLOGY**

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

**SURAT IZIN PRA RISET**

Nomor: B-2101E/Un.04/F.VI/PP.00.9/11/2024

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan  
ini memberikan izin kepada:

Nama	:	Shintia Nuraisyah Windra
NIM	:	12060124225
Jurusan	:	Psikologi S1
Semester	:	IX (Sembilan)

untuk melakukan pra riset di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

*"Hubungan Self Control Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa".*

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**كلية علم النفس**  
**FACULTY OF PSYCHOLOGY**

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampahan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
 Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail:fpsi@uin-suska.ac.id

**SURAT IZIN TRY OUT**

Nomor: B-2142E/Un.04/F.VI/PP.00.9/12/2024

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberikan izin kepada:

Nama	:	Shintia Nuraisyah Windra
NIM	:	12060124225
Jurusan	:	Psikologi S1
Semester	:	IX (Sembilan)

untuk melakukan *try out* di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

*"Hubungan Self Control Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa".*

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 02 Desember 2024

Dekan,

Dr. Kushadi, M.Pd

NIP. 19671212 199503 1 001

**UIN SUSKA RIAU**



© Hak Cipta amanah UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**كلية علم النفس**  
**FACULTY OF PSYCHOLOGY**

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
 Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail:fpsi@uin-suska.ac.id

**SURAT IZIN RISET**

Nomor: B-2216E/Un.04/F.VI/PP.00.9/12/2024

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberikan izin kepada:

Nama	:	Shintia Nuraisyah Windra
NIM	:	12060124225
Jurusan	:	Psikologi S1
Semester	:	IX (Sembilan)

untuk melakukan riset di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

*"Hubungan Self Control Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa".*

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 13 Desember 2024  
 Dekan,

Dr. Kushnadi, M.Pd  
 NIP. 19671212 199503 1 001

**UIN SUSKA RIAU**

© Hak Cipta  
UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**كلية علم النفس**  
**FACULTY OF PSYCHOLOGY**

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail:fpsi@uin-suska.ac.id

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : B-137E/Un.04/F.VI/PP.00.9/01/2025

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menerangkan bawah:

Nama	:	Shintia Nuraisyah Windra
NIM	:	12060124225
Tempat Tgl.Lahir	:	Pekanbaru/ 01 Juni 2002
Jurusan	:	Psikologi S1
Semester	:	IX (Sembilan)

benar mahasiswa tersebut di atas telah selesai melakukan penelitian di Fakultas Psikologi dengan judul:

*"Hubungan Self Control Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa".*

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 23 Januari 2025  
Dekan,

Dr. Kushadi, M.Pd

NIP. 19671212 199503 1 001