



## Kecemasan Berkomunikasi Mahasiswa Pendidikan Bisnis dalam Presentasi Akademik: Studi Fenomenologis pada Mahasiswa Semester Awal

Anggun Maria Sirait<sup>1</sup>, Muhammad Dilli Abdillah<sup>2</sup>, Gagan Maulana Risqi<sup>3</sup>,  
Mohamad Fadil Rahman Alpasmawi<sup>4</sup>, Ibrahim Al Hakim<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Pendidikan Bisnis, Fakultas Pendidikan Ekonomi dan Bisnis,  
Universitas Pendidikan Indonesia

<sup>5</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,  
Universitas Pendidikan Indonesia

E-mail: [anggunmariasirait@student.upi.edu](mailto:anggunmariasirait@student.upi.edu)<sup>1</sup>, [mdiliabdillah@student.upi.edu](mailto:mdiliabdillah@student.upi.edu)<sup>2</sup>, [gaganmrizki@student.upi.edu](mailto:gaganmrizki@student.upi.edu)<sup>3</sup>,  
[fadil.rahmanoff@student.upi.edu](mailto:fadil.rahmanoff@student.upi.edu)<sup>4</sup>, [ibrahimalhakim@upi.edu](mailto:ibrahimalhakim@upi.edu)<sup>5</sup>

---

### Article Info

#### Article history:

Received May 03, 2026

Revised May 28, 2026

Accepted May 29, 2026

#### Keywords:

Academic Culture Shock,  
Communication Apprehension,  
Coping Mechanism,  
Interpretative  
Phenomenological Analysis,  
Pedagogical Performativity.

---

### ABSTRACT

First-year students in the Business Education study program bear a double existential burden requiring the mastery of both economic substance and pedagogical performativity, rendering them highly susceptible to academic culture shock during their inaugural presentations. This study aims to unpack and describe the essence of the subjective experience of communication apprehension during this transitional crisis phase. Adopting a pure phenomenological design with an Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) approach, this study explored the idiographic narratives of six freshmen at Universitas Pendidikan Indonesia, recruited via purposive sampling (April-May 2026). Data collection integrated semi-structured in-depth interviews with nonverbal observational field notes, and credibility was strictly established through communicative member checking and audit trails. The case-by-case analysis unveiled four essential thematic constellations. First, subjects experienced an identity crisis triggered by the shift from instructional secondary school climates to higher education andragogy. Second, cognitive distortions emerged as an acute fear of negative evaluation (FNE), exacerbated by the power asymmetry between lecturers and students. Third, this psychological pressure provoked destructive psychosomatic dissonance, such as tremors and temporary memory paralysis, which induced a biological flight response of passively reading presentation screens. Fourth, students constructed tactical coping mechanisms, namely material personalization, which operated strictly as a face-saving strategy to reduce immediate threats, rather than a genuine demonstration of academic mastery. As a practical implication, higher education institutions are urged to reconstruct their pedagogical architecture by fostering supportive classroom ecosystems, integrating early academic communication incubation, and optimizing peer counseling programs.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



---

### Article Info

#### Article history:

Received May 03, 2026

Revised May 28, 2026

Accepted May 29, 2026

---

### ABSTRACT

Mahasiswa semester awal Program Studi Pendidikan Bisnis memikul beban ganda eksistensial yang menuntut penguasaan substansi ilmu ekonomi sekaligus performativitas pedagogis. Hal ini menjadikan mereka sangat rentan mengalami gegar budaya akademik pada presentasi perdana. Penelitian ini bertujuan untuk membongkar dan mendeskripsikan esensi pengalaman subjektif kecemasan komunikasi

**Keywords:**

Fenomenologi, Gegar Budaya Akademik, Kecemasan Berkomunikasi, Mekanisme Koping, Performativitas Pedagogis.

pada fase krisis transisional tersebut. Mengadopsi desain fenomenologi murni dengan pisau analisis Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), studi ini mengeksplorasi narasi idiografis enam mahasiswa baru di Universitas Pendidikan Indonesia yang direkrut melalui *purposive sampling* pada April-Mei 2026. Pengumpulan data memadukan wawancara mendalam semi-terstruktur dan observasi nonverbal (*field notes*), dengan kredibilitas yang ditegakkan secara ketat melalui member checking komunikatif dan audit trail. Hasil analisis secara kasus-per-kasus menyingkap empat konstelasi tema esensial. Pertama, subjek mengalami krisis identitas akibat pergeseran iklim instruksional sekolah menengah menuju andragogi perguruan tinggi. Kedua, muncul distorsi kognitif berupa ketakutan akut akan evaluasi negatif (FNE) yang diamplifikasi oleh asimetri relasi kuasa dosen dan mahasiswa. Ketiga, tekanan tersebut memicu disonansi psikosomatis yang destruktif, seperti tremor dan kelumpuhan memori sementara, yang memaksa subjek melakukan pelarian biologis berupa pembacaan layar secara pasif. Keempat, mahasiswa mengonstruksi mekanisme koping taktis, berupa personalisasi materi yang murni beroperasi sebagai strategi penyelamatan muka (*face-saving strategy*) untuk mereduksi ancaman seketika, bukan sebagai wujud penguasaan akademik seutuhnya. Sebagai implikasi praktis, institusi perguruan tinggi mendesak untuk merekonstruksi arsitektur pedagogisnya melalui penciptaan ekosistem kelas yang suportif, inkubasi komunikasi akademik pada masa orientasi, dan optimalisasi program konseling sebaya.

*This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.*

**Corresponding Author:**

Anggun Maria Sirait  
Universitas Pendidikan Indonesia  
[anggunmariasirait@student.upi.edu](mailto:anggunmariasirait@student.upi.edu)

**PENDAHULUAN**

Kemahiran komunikasi lisan di institusi pendidikan tinggi secara universal diakui sebagai salah satu kompetensi esensial yang menentukan daya saing lulusan ketika merambah arena profesional. Lanskap industri global senantiasa memposisikan keterampilan wicara publik sebagai matriks krusial dalam mekanisme rekrutmen maupun akselerasi karier (Byrne, Flood, & Shanahan, 2010; Okoro, 2018). Pada konteks mahasiswa Program Studi Pendidikan Bisnis, tuntutan kompetensi ini memiliki bobot urgensi ganda. Mereka tidak sekadar ditempa untuk menjadi intelektual ekonomi atau wirausahawan, tetapi juga dipersiapkan sebagai kandidat pendidik yang diwajibkan mampu mentransmisikan pengetahuan secara artikulatif (Matuszak, 2013; Octhaviana & Rahmaningtyas, 2025). Kepiawaian menjalin komunikasi interpersonal yang berpadu dengan ketajaman teknik presentasi secara empiris terbukti memiliki korelasi erat dengan kesiapan kerja serta maturasi akademik (Gunawan et al., 2020; Octhaviana & Rahmaningtyas, 2025). Apabila kecakapan lisan ini gagal ditumbuhkembangkan sejak dini, hal tersebut berpotensi mendegradasi performa studi sekaligus mereduksi probabilitas keberhasilan adaptasi mereka di pasar kerja yang kian dinamis.

Ekspektasi profesional yang tinggi ini pada praktiknya sering kali berbenturan keras dengan realitas psikologis mahasiswa di tahap awal perkuliahan. Fase transisi dari ekosistem sekolah menengah yang pasif menuju atmosfer perguruan tinggi yang mendewakan otonomi belajar kerap memantik gegar budaya akademik atau *academic culture shock* (Rifqi & Selian,



2025). Para mahasiswa baru secara mendadak diwajibkan untuk proaktif mengartikulasikan ide mereka secara mandiri dalam berbagai diskursus kelas dan presentasi ilmiah di hadapan dosen pengampu serta kawan sebaya (Nurhasanah et al., 2023). Perubahan iklim drastis ini rentan menyulut tekanan emosional yang bermanifestasi sebagai kecemasan berkomunikasi (*communication apprehension*), yaitu sebuah disposisi psikologis kronis yang ditandai dengan ketakutan atau tendensi penghindaran terhadap interaksi wicara (Burgoon, 1976; McCroskey, 1977). Timbulnya kecemasan ini umumnya diprovokasi oleh teror akan penghakiman negatif audiens, bayang-bayang kegagalan, dan anjloknya kepercayaan diri di atas podium (Alfiani, Asib, & Supriyadi, 2022; Horwitz, Horwitz, & Cope, 1986). Indikasi empiris awal di lapangan menunjukkan bahwa asimetri relasi kuasa antara dosen penilai dan mahasiswa pada presentasi perdananya acap kali memicu respons psikosomatis yang merusak struktur logika penyampaian materi, sebuah fenomena yang esensinya luput dari pengukuran kuesioner berskala makro.

Dinamika kecemasan wicara ini sejatinya telah memicu lahirnya berbagai kajian empiris terdahulu yang berambisi memetakan faktor-faktor internal pereduksi ketakutan tersebut. Beragam literatur mengafirmasi keberadaan korelasi negatif yang masif antara efikasi diri dan kecemasan lisan, di mana keyakinan internal yang kokoh berfungsi laksana tameng psikologis yang menetralisasi rasa takut saat berbicara (Apriyeni & Rozali, 2021; Reza, Wahyuni, Asrofiyah, & Jannah, 2024). Perpaduan strategis antara konstruksi pemikiran positif, tingginya efikasi diri, dan kepercayaan diri terbukti secara konsisten mampu mendegradasi level kecemasan panggung pada mahasiswa baru (Izzah, Kurniawan, Putri, Yuliza, & Rahmalia, 2024; Kartikasari, Noupal, & Setiawan, 2021; Larisa, Prasetyo, & Farhanindya, 2024). Walau demikian, mayoritas pilar teoretis maupun potret empiris yang dihasilkan hingga saat ini masih didominasi kuat oleh tradisi kuantitatif korelasional (Astuti & Pratama, 2020; Putra, Rahmawati, & Hamdani, 2024). Para peneliti terdahulu lazimnya bergantung pada kuesioner terstandardisasi semacam PRCA-24 atau PRPSA untuk memetakan populasi secara generalistik tanpa menelisik kedalaman konteks disiplin ilmu subjek yang diteliti (Matuszak, 2013; Wirajayanti, Zubair, & Minarni, 2024).

Ketergantungan pada data lintas-seksional berbentuk angka-angka statistik tersebut nyatanya menyisakan celah empiris yang krusial dalam khazanah literatur komunikasi pendidikan. Instrumen pengukur terstandardisasi memang sangat andal untuk mendeteksi prevalensi kecemasan secara agregat, namun pendekatan positivistik ini gagal menyingkap mekanisme pemaknaan internal (*meaning-making process*) tatkala mahasiswa menghadapi krisis identitas, distorsi kognitif, dan kelumpuhan fisiologis secara real-time di mimbar kelas. Sekalipun investigasi kualitatif mutakhir mulai mengeksplorasi dimensi subjektif dari kecemasan presentasi mahasiswa (Anandari, 2015; Juhana, 2012), temuan-temuan terbaru tersebut umumnya masih terkungkung pada konteks pembelajar bahasa asing atau mahasiswa pada umumnya. Literatur terkini luput menyentuh kerentanan spesifik yang mendera mahasiswa Pendidikan Bisnis di fase transisi awal. Benturan antara pemahaman ilmu dasar ekonomi yang belum matang dengan paksaan untuk tampil otoritatif layaknya seorang pendidik melahirkan disonansi kognitif yang tajam, sehingga membedakan corak kecemasan mereka dari mahasiswa fakultas bisnis murni. Tanpa adanya telaah mendalam terkait bagaimana kecemasan unik ini dihayati, dimaknai, dan diatasi secara personal pada presentasi perdana, rancangan intervensi kelembagaan akan senantiasa parsial dan superfisial. Oleh sebab itu, penyelidikan kualitatif dengan pisau analisis fenomenologi menjadi mutlak diperlukan guna merengkuh makna hidup (*lived experience*) dari populasi rentan ini.

Bermuara pada kesenjangan literatur tersebut, penelitian ini didesain secara khusus untuk menambal ruang kosong empiris melalui eksplorasi kualitatif fenomenologis yang menyeluruh. Tujuan sentral dari naskah ini adalah membongkar, menganalisis, dan mendeskripsikan secara utuh esensi pengalaman subjektif kecemasan berkomunikasi yang



menghantui mahasiswa Pendidikan Bisnis semester awal ketika mereka mengeksekusi presentasi akademik perdananya. Dengan menyelami dunia pengalaman langsung para informan, kajian ini berambisi merekam dinamika emosional, manifestasi psikosomatis, hingga taktik adaptasi mandiri yang dikerahkan partisipan untuk menaklukkan trauma panggung mereka. Pemahaman intim dan komprehensif atas fenomena ini diproyeksikan mampu memberikan kontribusi substantif dalam restrukturisasi arsitektur pedagogis perguruan tinggi, sekaligus memandu perumusan layanan pendampingan psikologis yang lebih solutif dan presisi bagi mahasiswa baru.

## KAJIAN TEORITIS

Kecemasan berkomunikasi menduduki posisi sentral dalam diskursus psikologi pendidikan sebagai salah satu hambatan utama performa akademis. Berakar pada konseptualisasi klasik McCroskey (1977), kecemasan ini dipahami sebagai ketakutan mendalam yang diasosiasikan dengan interaksi lisan. Dalam lanskap perguruan tinggi, manifestasi yang paling dominan muncul dalam bentuk *context-based apprehension*, yakni ketakutan spesifik yang terpicu secara eksklusif saat mahasiswa dihadapkan pada tuntutan presentasi ilmiah di depan kelas (Matuszak, 2013). Namun, dalam kerangka studi kualitatif fenomenologis ini, Communication Apprehension tidak direduksi sekadar sebagai skor gangguan klinis yang statis, melainkan diposisikan sebagai fenomena kesadaran eksistensial yang secara aktif mengganggu ruang kenyamanan akademis mahasiswa. Kondisi ini termanifestasi secara kognitif melalui kekhawatiran akut terhadap penghakiman audiens, serta respons psikosomatis seperti detak jantung yang berakselerasi dan kebuntuan kognitif sementara (Burgoon, 1976; Horwitz, Horwitz, & Cope, 1986; Larisa, Prasetyo, & Farhanindya, 2024). Akumulasi dari tekanan kesadaran dan fisik tersebut mengunci kapasitas artikulasi mahasiswa, sehingga menghalangi mereka untuk memproyeksikan substansi akademik yang sebenarnya telah dikuasai.

Kapasitas individu untuk mengendalikan luapan tekanan psikologis saat berada di podium sangat berkaitan erat dengan dinamika efikasi diri yang mereka miliki. Berdasarkan postulat Bandura (1997), efikasi diri beroperasi sebagai keyakinan fundamental seseorang terhadap kemampuannya mengorganisasi tindakan guna mencapai hasil tertentu. Alih-alih memandangnya sebagai alat ukur mekanistik, penelitian ini menempatkan *Self-Efficacy* Bandura sebagai bentuk kapasitas reflektif agen (*human agency*) yang sangat dinamis, yang maknanya terus-menerus didekonstruksi dan direkonstruksi oleh mahasiswa setiap kali mereka melangkah maju ke podium presentasi. Dalam arena komunikasi akademik, keyakinan internal ini beroperasi sebagai ruang negosiasi internal yang membentuk cara mahasiswa menginterpretasikan dan menyiasati manifestasi kecemasan lisan yang mereka alami (Apriyeni & Rozali, 2021; Reza, Wahyuni, Asrofiyah, & Jannah, 2024; Wahyuni, 2015). Mahasiswa dengan efikasi diri yang solid cenderung mengonstruksikan tugas presentasi sebagai tantangan adaptasi alih-alih ancaman performa (Putra, Rahmawati, & Hamdani, 2024).

Secara spesifik, kecemasan komunikasi yang dialami oleh mahasiswa di program studi Pendidikan Bisnis menuntut pembacaan teoretis yang berbeda karena adanya “beban ganda” (*double burden*) yang melekat pada arsitektur kurikulum mereka. Kecemasan yang dihadapi sesungguhnya bersifat eksistensial, mengingat presentasi akademik di ruang kelas dinilai dari dua lensa evaluasi yang menuntut sekaligus: kelayakan penguasaan substansi komersial khas dunia bisnis, serta kelayakan kompetensi pedagogis-andragogis sebagai calon pendidik yang harus mampu mengelola kelas dan menyampaikan materi secara metodis. Identitas performatif ganda ini bertabrakan langsung dengan tuntutan *professional grooming* yang menekan mereka sejak semester awal (Byrne, Flood, & Shanahan, 2010; Okoro, 2018). Oleh karena itu, tekanan psikologis yang memicu trauma panggung pada mahasiswa Pendidikan Bisnis tidak dapat



disamakan secara generalistik dengan mahasiswa dari rumpun ilmu lainnya, melainkan merupakan sebuah krisis pembentukan identitas yang berakar pada kompleksitas ekspektasi ganda tersebut.

Beban mental eksistensial ini terasa paling meresahkan pada fase awal perkuliahan, tatkala mahasiswa baru tengah menavigasi periode transisi dari masa remaja akhir menuju dewasa awal (*emerging adulthood*). Bersamaan dengan proses maturasi tersebut, mereka berbenturan dengan perubahan radikal dari pedagogi sekolah menengah yang instruksional menuju iklim andragogi universitas yang menuntut kemandirian partisipatif (Nurhasanah et al., 2023). Pergeseran mendadak yang mewajibkan eksposisi lisan secara reguler ini kerap memicu gegar budaya akademik atau *academic culture shock* (Azkia, Purnami, Muqowim, & Athiyah, 2024; Izzah, Kurniawan, Putri, Yuliza, & Rahmalia, 2024; Rifqi & Selian, 2025). Menilik lanskap literatur terdahulu, berbagai investigasi pada klaster mahasiswa bisnis kerap memotret prevalensi hambatan komunikasi ini secara makro (Ochthaviana & Rahmaningtyas, 2025; Rauf, Khalid, Azman, & Lim, 2021). Namun, alih-alih terjebak pada pembuktian kausalitas statistik semata (Gaspersz, 2022; Kartikasari, Noupal, & Setiawan, 2021; Wiraijayanti, Zubair, & Minarni, 2024), potret empiris tersebut sejatinya mengisyaratkan adanya dialektika pengalaman batin dan konflik makna subjektif yang sangat intens saat keyakinan diri berbenturan dengan kecemasan nyata di mimbar kelas. Minimnya literatur kualitatif yang menyentuh konteks transisional yang intim ini pada mahasiswa baru menyisakan ruang hampa dalam pemaknaan esensial dari sudut pandang pelaku (Leeds & Maurer, 2009).

Persilangan antara konstruksi kecemasan *context-based* McCroskey, dinamika reflektif efikasi diri Bandura, kerentanan gegar budaya akademik, serta beban eksistensial ganda mahasiswa Pendidikan Bisnis membentuk sebuah kerangka konseptual yang kompleks. Tinjauan teoretis ini memandu arah observasi untuk menembus cangkang luar gejala klinis menuju upaya perengkuhan makna hidup (*lived experience*). Berpijak pada landasan inilah, pilihan pada pendekatan Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) menemukan justifikasi ontologisnya yang mutlak. Karakteristik utama IPA yang bersifat idiographic, yakni berfokus secara mendalam pada keunikan detail pengalaman setiap individu, dan hermeneutic yaitu proses pemaknaan ganda di mana peneliti secara aktif berusaha memaknai mahasiswa yang sedang berupaya memaknai kecemasannya sendiri, sangat selaras dengan urgensi penelitian ini. Persilangan antara krisis adaptasi semester awal (*culture shock*) dan tuntutan performatif Pendidikan Bisnis menghasilkan variasi penghayatan individual yang sangat intim, unik, dan kaya; sebuah realitas psikologis yang hanya bisa diselami dan diurai secara utuh melalui analisis fenomenologis interpretatif.

## **METODE**

Investigasi mendalam terhadap pengalaman subjektif mengenai kecemasan berkomunikasi ini dieksekusi melalui kerangka penelitian kualitatif dengan desain fenomenologi murni. Secara spesifik, pisau analisis yang diadopsi bertumpu pada *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) yang dikembangkan oleh Jonathan Smith, sebuah pendekatan metodologis yang dirancang untuk mengupas bagaimana individu memaknai pengalaman hidup yang signifikan secara personal (Smith, Flowers, & Larkin, 2009). Pengumpulan data lapangan direalisasikan di lingkungan Universitas Pendidikan Indonesia dalam rentang waktu bulan April hingga Mei 2026. Penentuan informan dilakukan melalui teknik *purposive sampling* yang berorientasi ketat pada homogenitas kelompok. Ukuran sampel sebanyak enam partisipan dipilih secara sengaja guna memenuhi komitmen idiografis khas IPA, yang memprioritaskan kedalaman analisis pada kasus-kasus unik dan partikularitas pengalaman individu secara intim, ketimbang mengejar generalisasi populasi (Smith et al., 2009).



Kriteria inklusi informan ditetapkan secara operasional, meliputi: (1) tercatat sebagai mahasiswa aktif Program Studi Pendidikan Bisnis yang sedang menempuh semester pertama atau kedua; (2) memiliki rekam jejak formal dalam melaksanakan presentasi akademik di ruang kelas; serta (3) terkonfirmasi mengalami kecemasan lisan yang signifikan. Kepastian kriteria ketiga diperoleh melalui tahapan penapisan awal (*screening*) berupa pengisian lembar penilaian mandiri (*self-assessment*) kedaruratan kecemasan presentasi, yang kemudian divalidasi lewat wawancara penajakan singkat sebelum intervensi data utama dimulai. Seluruh identitas informan disamarkan menggunakan pseudonim sebagai bentuk kepatuhan mutlak terhadap asas etika penelitian dan kesepakatan informed consent guna menjamin keamanan ruang psikologis mereka (Creswell, 2013).

Penggalan narasi pengalaman hidup partisipan ditempuh melalui teknik wawancara mendalam berbekal instrumen pedoman wawancara semi-terstruktur. Format semi-terstruktur ini memungkinkan dialog mengalir secara dinamis sehingga celah-celah emosional partisipan dapat dieksplorasi secara organik tanpa kehilangan panduan pada substansi utama kajian. Sesi interaksi lisan ini diselenggarakan dalam format pertemuan tunggal mendalam maupun multi-sesi dengan alokasi waktu yang diperluas berkisar antara 60 hingga 80 menit untuk setiap informannya demi menjamin kejenuhan narasi tekstual. Mengingat pengumpulan data dilakukan secara bauran (tatap muka langsung dan virtual), peneliti menerapkan standarisasi medium interaksi daring yang ketat, yakni kewajiban menggunakan kamera video dengan sudut pandang *medium-shot*. Langkah ini diambil untuk meniadakan disparitas kualitas data, sehingga peneliti tetap dapat merekam sinyal-sinyal nonverbal yang menyertai trauma panggung, seperti kemunculan tremor pada ekstremitas, ketegangan bahu, kekakuan postur tubuh, perubahan intonasi suara, hingga jeda mikroskopis (*micro-pauses*) manakala informan menceritakan kembali ingatan menegangkan mereka saat dinilai di depan kelas. Seluruh ekspresi kedagingan tubuh (*embodied experience*) tersebut dihimpun secara paralel dalam catatan lapangan (*field notes*) untuk memperkaya rekaman audio digital yang ditranskripsikan secara verbatim.

Rekaman tuturan lisan yang telah ditranskripsikan secara verbatim selanjutnya dibedah menggunakan protokol sistemitas IPA (Smith, Flowers, & Larkin, 2009) yang dioperasionalkan secara ketat melalui basis analisis kasus-per-kasus (*case-by-case analysis*). Proses interpretasi bermula dari tahap *reading and re-reading*, di mana peneliti membaca teks Kasus 1 berulang kali sambil mendengarkan audionya guna membangun kedekatan intim dengan dunia mikrokosmos partisipan tersebut. Elaborasi berlanjut pada langkah initial noting, yakni pembubuhan komentar eksploratori (aspek deskriptif, linguistik, dan konseptual) pada margin transkrip untuk menandai respons fisik maupun distorsi kognitif informan. Catatan primer tersebut kemudian diekstraksi menjadi rumusan yang lebih padat pada tahap *developing emergent themes* khusus untuk Kasus 1 saja. Sebelum mereplikasi prosedur yang sama secara sekuensial pada Kasus 2 hingga Kasus 6, peneliti sengaja melakukan *bracketing* (penundaan asumsi) untuk menepis prasangka dan menjaga keunikan idiografis tiap individu. Setelah seluruh kasus tuntas dianalisis secara mandiri, barulah proses *searching for connections* dieksekusi lintas kasus untuk mengintegrasikan konstelasi tema superordinat yang paling mewakili esensi ketakutan akademik mereka.

Menopang bangunan keabsahan temuan, strategi pengujian kredibilitas ditegakkan melalui mekanisme *member checking* (Lincoln & Guba, 1985) yang membumi. Prosedur ini dieksekusi bukan melalui pengembalian draf akademis formal yang kaku, melainkan melalui sesi dialog informal kembali dengan partisipan. Peneliti membacakan intisari narasi dan melakukan konfirmasi komunikatif untuk memastikan apakah interpretasi psikologis serta metafora kecemasan yang dibangun peneliti seperti perasaan ‘tercekik’ atau ‘dihakimi’ sudah selaras dengan penghayatan riil yang dialami informan. Paralel dengan prosedur tersebut, aspek



dependabilitas data dijaga secara ketat melalui implementasi *audit trail*, yakni dengan mendokumentasikan seluruh matriks catatan analisis, lembar penapisan, rekaman audio, dan dokumen transkrip mentah secara sistematis sebagai wujud akuntabilitas rekam jejak prosedural penelitian yang dapat diaudit secara terbuka.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Gegar Budaya Akademik dan Krisis Identitas pada Fase Transisi

Fase transisi menuju pendidikan tinggi sejatinya memicu disrupsi psikologis yang esensial, memaksa mahasiswa beradaptasi secara kognitif maupun kultural. Bagi mahasiswa semester awal di Program Studi Pendidikan Bisnis, realitas andragogi menghadirkan benturan budaya (*culture shock*) yang keras. Ekosistem sekolah menengah yang cenderung instruksional dan toleran terhadap kesalahan prosedural mendadak digantikan oleh panggung akademik universitas yang mendiktekan artikulasi verbal terstruktur. Diskrepansi ini melahirkan krisis identitas; mahasiswa mulai meragukan kapasitas fundamentalnya. Fenomena disorientasi ini terpotret otentik saat CC, dengan nada yang merefleksikan kebingungan, menuturkan, “Awal masuk kuliah tuh jujur agak kaget sih. Di kuliah dituntut lebih mandiri, dosen juga nggak selalu ngejelasin detail kayak guru dulu.” Guncangan ini tereskalasi tatkala informan membandingkan performa lisan mereka dengan rekan sebaya. Konstruksi kepercayaan diri yang stabil di masa lalu mendadak runtuh, sebagaimana diartikulasikan oleh AK: “Aku pas kuliah ciut ngeliat orang lain yang lebih jago, rasanya kayak ‘aduh kayaknya aku ga bisa deh mengimbangi keaktifan mereka’. Jadinya terbebani.”

Analisis fenomenologis tingkat lanjut mengungkapkan bahwa penggunaan leksikon “ciut” oleh AK bukanlah sekadar ungkapan inferioritas biasa, melainkan merepresentasikan penghayatan penyusutan eksistensial (*existential shrinking*). Dalam ruang kelas yang mewajibkan dominasi diskursus verbal, ketidakmampuan berartikulasi membuat eksistensi subjek seolah tereduksi secara spasial maupun psikologis. Perasaan “ciut” ini menegaskan postulat bahwa efikasi diri amat rentan tergerus saat individu dihadapkan pada perbandingan sosial asimetris. Keengganan berkomunikasi (*unwillingness to communicate*) pada fase ini bukan lahir dari kelemahan kognitif semata, melainkan dari defisit keyakinan diri yang anjlok akibat hilangnya pilar perancah (*scaffolding*) dari sosok pendidik yang memandu mereka (Rifqi & Selian, 2025).

### Distorsi Kognitif: Ketakutan Akut terhadap Evaluasi Negatif dan Relasi Kuasa

Memasuki ranah kognitif dari kecemasan lisan, ruang kelas seolah bertransformasi menjadi semacam panoptikon di mana mahasiswa merasa terus-menerus diawasi dan dihakimi. Siklus *overthinking* beroperasi jauh sebelum mereka melangkah ke podium. Ketakutan esensial yang bersemayam bukanlah sekadar kegagalan mengingat materi analitis, melainkan teror psikologis terkait bagaimana wibawa mereka direpresentasikan di mata otoritas akademik. Beban penghakiman sosial ini menggeser fokus mental dari penguasaan substansi menjadi upaya defensif menyelamatkan muka (*face-saving*). Hal ini terartikulasi tajam melalui penuturan HA yang tanpa sadar meremas pelan ujung kemejanya saat menggambarkan pergolakan batinnya: “Biasanya kepikiran takut lupa materi, takut ditanya tidak bisa jawab, dan takut kelihatan gugup di depan...lumayan bikin tertekan, apalagi kalau semua sedang fokus ke kita.”

Secara teoretis, *Fear of Negative Evaluation* (FNE) yang mendestruksi memori kerja mahasiswa ini (Alfiani, Asib, & Supriyadi, 2022; Rahmat et al., 2022) teramplifikasi secara eksklusif oleh lokus studi partisipan. Sebagai mahasiswa rumpun Pendidikan Bisnis, mereka sangat menyadari bahwa tatapan audiens tidak hanya mengevaluasi validitas teori komersial



yang disampaikan, melainkan sekaligus menghakimi professional grooming serta kelayakan vokal mereka sebagai calon pendidik/praktisi di masa depan. Beban ganda (*double burden*) penilaian inilah yang membuat kecemasan berbasis konteks (*context-based apprehension*) pada mahasiswa Pendidikan Bisnis menjadi jauh lebih kronis. Mereka menghadapi asimetri relasi kuasa di mana setiap pertanyaan audiens dimaknai sebagai serangan yang berpotensi menelanjangi kerentanan profesional mereka di ruang publik.

### **Disonansi Psikosomatis: Kelumpuhan Motorik dan Respons Pelarian Fisiologis**

Eskalasi kecemasan kognitif pada gilirannya memicu disonansi psikosomatis yang ekstrem saat presentasi dieksekusi. Tubuh memberikan respons primitif *fight-or-flight* terhadap situasi sosial yang dipersepsikan mengancam, menghasilkan rentetan manifestasi otonomik di luar kendali sadar. Ketergugahan ini mendestruksi kelancaran motorik serta sintaksis vokal, menciptakan lingkaran setan di mana reaksi fisik yang disaksikan audiens justru melipatgandakan kepanikan mental. Kelumpuhan performativitas ini tidak sekadar terucap, namun masih menyisakan jejak ketegangan saat TP mendeskripsikan momen puncak kepanikannya seraya menautkan jari-jarinya: “Kalau udah nge-blank itu tangannya tremor, keringat dingin, ngomongnya jadi belibet. Rasanya mau give up, mau nyerah, akhirnya cuman bisa baca teks di PPT aja.” Sensasi kelumpuhan serupa diamini oleh KA, yang menceritakan pengalaman tersebut dengan napas yang sedikit tertahan: “Jantung yang deg-degan tidak karuan... biasanya penyampaian materi bakal muter-muter tidak terarah.”

Analisis terhadap pengalaman kedagingan (*embodied experience*) ini mengonfirmasi literatur klasik (Horwitz, Horwitz, & Cope, 1986) bahwa lonjakan adrenalin secara efektif memblokir akses mahasiswa menuju leksikon yang sebenarnya telah dikuasai. Akibatnya, alih-alih melangsungkan komunikasi interaktif, presentasi terdegradasi menjadi sekadar ritual bertahan hidup biologis di depan mimbar. Mahasiswa memfungsikan proyektor atau catatan semata-mata sebagai perisai perlindungan pasif tatkala fungsi kognitif tingkat tinggi mereka mengalami kelumpuhan sementara.

### **Mekanisme Koping Taktis: Personalisasi Narasi sebagai Strategi Penyelamatan Muka**

Kendati dihantam badai kecemasan kognitif dan disfungsi fisiologis yang masif, mahasiswa secara naluriah berupaya mengonstruksi mekanisme koping guna menghindari kehancuran performa secara total. Strategi bertahan ini sangat situasional, salah satunya dengan merekayasa struktur linguistik dan materi presentasi menjadi lebih bumi. Praktik taktis ini diilustrasikan secara gamblang oleh FY: “Mungkin saya pribadi lebih ke sambungin cerita ke pengalaman pribadi dimana itu bisa membuat saya lebih menguasai materi dan jadi ga gugup.”

Menelaah temuan ini secara kritis, taktik membelokkan substansi analitis ke arah narasi personal sejatinya bukanlah wujud penguasaan afektif (*mastery experiences*) dalam kerangka efikasi diri Bandura (1997). Sebaliknya, hal tersebut merupakan kompensasi penghindaran atau negosiasi pragmatis untuk menyelamatkan muka. Berpijak pada konsep McCroskey (1977), subjek yang cemas sengaja memanipulasi kecemasan konteks (*context-based*) yang rigid menjadi ruang obrolan interpersonal yang lebih santai semata-mata demi menurunkan intensitas ketakutan, alih-alih mendemonstrasikan penguasaan akademik substansial. Realitas psikologis ini pada akhirnya menegaskan urgensi hadirnya kultur pedagogis yang suportif. Sebagaimana disinggung oleh Putra, Rahmawati, dan Hamdani (2024), peningkatan resiliensi menuntut institusi pendidikan tinggi untuk merekonstruksi ruang kelas menjadi ekosistem yang menoleransi kegugupan transisional, bukan sekadar arena persidangan yang menghakimi mahasiswa baru.



## KESIMPULAN

Pengalaman presentasi akademik bagi mahasiswa baru Pendidikan Bisnis merepresentasikan sebuah titik temu eksistensial yang sarat konflik, di mana tuntutan penguasaan substansi ilmu ekonomi berbenturan langsung dengan ekspektasi performativitas pedagogis sejak fase paling krusial. Beban ganda (*double burden*) ini melahirkan manifestasi kecemasan komunikasi multidimensi yang diawali oleh gegar budaya sistem pendidikan, tereskalasi melalui distorsi kognitif akibat asimetri relasi kuasa dan ketakutan akut akan evaluasi negatif (FNE), hingga berujung pada kelumpuhan motorik dan disfungsi fisiologis di atas mimbar. Sekalipun mahasiswa pada akhirnya sanggup merumuskan mekanisme koping mandiri, seperti merekayasa dan membelokkan materi analitis ke arah narasi personal, langkah tersebut murni beroperasi sebagai kompensasi taktis untuk menyelamatkan muka (*face-saving strategy*) dan mereduksi intensitas ancaman, alih-alih mendemonstrasikan restorasi efikasi akademik yang sesungguhnya. Sebagai investigasi fenomenologis idiografis, konstelasi temuan ini tidak ditujukan untuk merumuskan generalisasi positivistik yang kaku, melainkan didedikasikan sepenuhnya untuk mengekspos kedalaman realitas intim mahasiswa saat mempertahankan identitasnya di tengah disrupsi ekosistem perguruan tinggi.

Anatomi kecemasan yang terpotret dalam studi ini memiliki batasan struktural karena secara eksklusif membidik satu klaster program studi pada fase awal perkuliahan. Narasi subjektif yang terekam belum sanggup memproyeksikan trajektori maturasi psikologis mahasiswa secara komprehensif seiring bertambahnya jam terbang mereka. Mengisi ruang hampa tersebut, eksplorasi keilmuan di masa mendatang direkomendasikan untuk mengadopsi desain studi kualitatif longitudinal yang mampu melacak fluktuasi ketakutan panggung ini secara kronologis, idealnya hingga mahasiswa memasuki arena uji sesungguhnya pada fase Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) atau magang kependidikan. Di samping itu, perluasan spektrum metodologis melalui pendekatan bauran (*mixed-methods*) juga dapat diinisiasi. Pendekatan ini diperlukan bukan untuk memvalidasi temuan fenomenologis yang sejatinya telah memiliki otentisitas ontologisnya sendiri, melainkan semata-mata untuk memetakan lanskap prevalensi kecemasan ini dalam skala populasi makro yang lebih heterogen lintas fakultas.

Merespons kronisnya tekanan mental pada fase transisional tersebut, institusi pendidikan tinggi dituntut untuk membongkar arsitektur pedagogisnya melalui langkah intervensi afirmatif. Pemangku kebijakan tingkat fakultas direkomendasikan untuk menyisipkan modul inkubasi komunikasi akademik dan lokakarya resiliensi emosi ke dalam rangkaian orientasi mahasiswa baru secara terintegrasi. Pembekalan perisai psikologis sejak dini ini juga mutlak diiringi dengan revitalisasi peran unit Bimbingan Konseling kampus melalui pembentukan jejaring konseling sebaya (*peer counseling*). Ketersediaan ruang dialog sejawat yang empatik diharapkan mampu mendekonstruksi teror kecemasan lisan, sehingga ruang-ruang kelas universitas dapat bertransformasi dari sekadar panoptikon akademik yang menghakimi kegugupan, menjadi ekosistem andragogi yang suportif dan memanusiaikan proses adaptasi mahasiswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfiani, W., Asib, A., & Supriyadi, S. (2022). Factors influencing speaking anxiety of FLSP freshmen. *Pedagogy: Journal of English Language Teaching*, 10(2), 219–244.
- Anandari, C. L. (2015). Indonesian EFL students' anxiety in speech production: Possible causes and remedy. *TEFLIN Journal*, 26(1), 1–16. Doi:10.15639/teflinjournal.v26i1/1-16.
- Apriyeni, R., & Rozali, Y. A. (2021). Hubungan self-efficacy dengan communication apprehension pada mahasiswa, di Jakarta. *JCA Psikologi*, 2(3), 226–233.



- Astuti, B., & Pratama, A. I. (2020). Hubungan antara efikasi diri dengan keterampilan komunikasi siswa. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 13(2), 147–155.
- Azka, Z. A., Purnami, S., Muqowim, & Athiyah, A. H. (2024). Efikasi diri dan keterampilan komunikasi interpersonal pada mahasiswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 5(3), 1019–1026.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York, NY: W.H. Freeman and Company.
- Burgoon, J. K. (1976). The unwillingness-to-communicate scale: Development and validation. *Communication Monographs*, 43(1), 60–69.
- Byrne, M., Flood, B., & Shanahan, D. (2010). Communication apprehension among business and accounting students in Ireland. *Irish Accounting Review*, 17(1), 1–19.
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (3<sup>rd</sup> ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Gaspersz, A. P. (2022). Konsep diri dan kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(1), 67–74.
- Gunawan, I., Benty, D. D. N., Kusumaningrum, D. E., Sumarsono, R. B., Firda, D. N. S., Pratiwi, D., ... Hui, L. K. (2020). Pengaruh gaya kepemimpinan, kemampuan manajerial, efikasi diri, dan prestasi belajar terhadap kesiapan kerja mahasiswa. *JMSP (Jurnal Manajemen dan Supervisi Pendidikan)*, 4(2), 136–149.
- Horwitz, E. K., Horwitz, M. B., & Cope, J. (1986). Foreign language classroom anxiety. *The Modern Language Journal*, 70(2), 125–132.
- Izzah, L., Kurniawan, W., Putri, U. H., Yuliza, E., & Rahmalia, R. (2024). Hubungan antara kepercayaan diri dan berfikir positif terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Universitas X di Pekanbaru. *Nathiqiyah: Jurnal Psikologi Islam*, 7(2), 149–159.
- Juhana. (2012). Psychological factors that hinder students from speaking in English class (A case study in a senior high school in South Tangerang, Banten, Indonesia). *Journal of Education and Practice*, 3(12), 100–110.
- Kartikasari, M., Noupal, M., & Setiawan, K. C. (2021). Hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan berkomunikasi pada mahasiswa ketika presentasi. *Indonesian Journal of Behavioral Studies*, 1(1), 42–52.
- Larisa, I. H., Prasetyo, Y., & Farhanindya, H. H. (2024). Peran berpikir positif dan self-efficacy terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa baru. *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(4), 180–188.
- Leeds, M. E., & Maurer, R. A. (2009). Using digital video technology to reduce communication apprehension in business education. *INFORMS Transactions on Education*, 9(2), 84–92. <https://doi.org/10.1287/ited.1090.0023>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Beverly Hills, CA: SAGE Publications.
- Matuszak, S. C. (2013). *Assessing undergraduate business students' oral communication apprehension: Implications of stakes and situations* (Master's thesis). Virginia Polytechnic Institute and State University, Blacksburg, VA.
- McCroskey, J. C. (1977). Oral communication apprehension: A summary of recent theory and research. *Human Communication Research*, 4(1), 78–96.
- Nurhasanah, D., Mukhyi, T. F., Wirda, R., Nadhira, M., Tsabitah, G., Salsabila, A., & Amna, Z. (2023). Tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa (Public speaking anxiety level in college students). *Syiah Kuala Psychology Journal*, 1(2), 73–82.



- Othaviana, Y., & Rahmaningtyas, W. (2025). Pengaruh penguasaan teknologi informasi, efikasi diri, dan keterampilan komunikasi interpersonal terhadap kesiapan kerja mahasiswa Generasi Z. *Jurnal Simki Pedagogia*, 8(2), 596–607.
- Okoro, E. (2018). Oral presentation skills in business and strategic communication: An analysis of the impact of communication apprehension. *American International Journal of Contemporary Research*, 8(2), 1–9. <https://doi.org/10.30845/aijcr.v8n2p1>
- Putra, F. P., Rahmawati, R., & Hamdani, D. (2024). Peningkatan keterampilan komunikasi mahasiswa sosiologi melalui efikasi diri yang baik. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 10(1), 43–51.
- Rahmat, N. H., Mohandas, E. S., Razlan, Z., Arepin, M., Azizul Hassan, A. F., & Taib, S. A. (2022). Oral presentation: Is there a relationship between fear of negative evaluation and cause of fear?. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 12(7), 1259–1270. <https://doi.org/10.6007/IJARBS/v12-i7/14254>
- Rauf, F. H. A., Khalid, F. M., Azman, M. F. A. Z., & Lim, N. E. F. (2021). Neuroticism and oral communication apprehension among accounting and business students in Malaysian public and private universities. *Global Business and Management Research: An International Journal*, 13(4s), 305–317.
- Reza, K., Wahyuni, V. D., Asrofiyah, R. M., & Jannah, M. (2024). Bicara tanpa ragu: Peran efikasi diri dalam menangani kecemasan mahasiswa pada saat presentasi. *Jurnal Psibernetika*, 17(2), 116–124.
- Rifqi, A., & Selian, S. N. (2025). Proses adaptasi mahasiswa terhadap culture shock selama menempuh pendidikan tinggi: Studi fenomenologis. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 1(4), 2118–2125.
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Doing qualitative research*. London, England: SAGE Publications.
- Wirajayanti, R., Zubair, A. G. H., & Minarni. (2024). Hubungan self compassion dengan communication apprehension pada mahasiswa di Kota Makassar. *Karakter: Jurnal Psikologi Karakter*, 4(2), 428–434.