

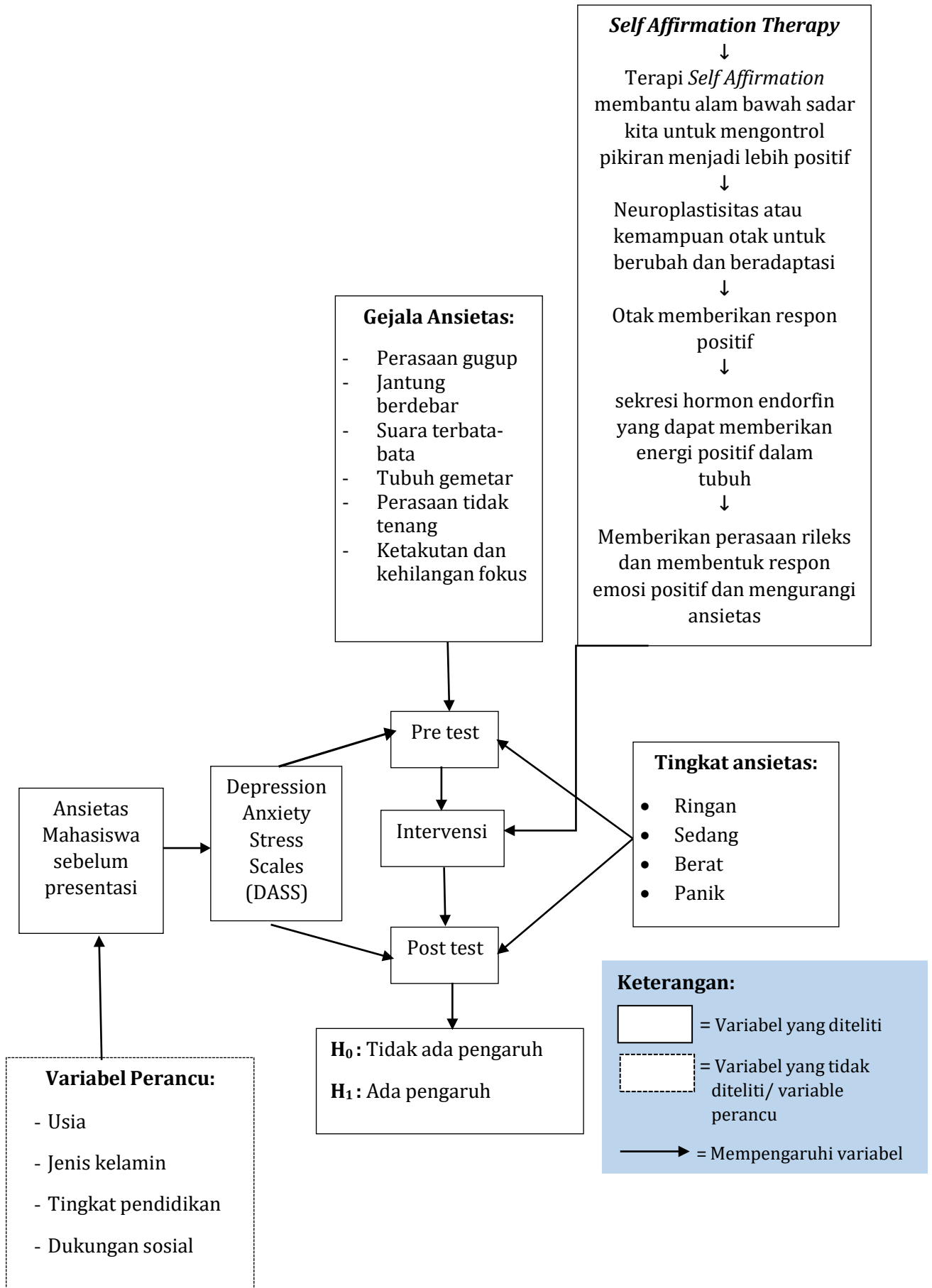
BAB III

KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN

3.1 Kerangka Konsep

Kecemasan atau ansietas merupakan situasi dan kondisi tertentu yang berdampak membuat perasaan tidak nyaman ketika berbicara di depan orang banyak dan mengganggu kegiatan selama perkuliahan berlangsung. Dengan masalah tersebut kecemasan harus segera diberikan tindakan seperti *self affirmation therapy*. *Self Affirmation* secara positif sangat berperan penting dalam membuat ilusi di otak. *Neoroplastisitas* atau kemampuan otak untuk berubah dan beradaptasi dengan keadaan yang berubah setiap saat membantu *affirmation* bekerja secara efektif. Perlu diketahui otak terkadang bingung antara kenyataan dan imajinasi, sehingga ketika melakukan *self affirmation* atau memberikan pernyataan positif pada diri sendiri maka otak akan merespon secara positif (Cascio, 2015). Pengulangan pernyataan afirmasi tentang diri sendiri secara teratur dapat mendorong otak untuk menganggap afirmasi positif ini sebagai fakta dan akan terjadi. Ketika seseorang benar - benar percaya bahwa dapat melakukan sesuatu termasuk presentasi tugas terstruktur.

3.2 Bagan Kerangka Konsep



3.3 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah:

H₁ : Ada pengaruh *Self affirmation Therapy* terhadap tingkat ansietas mahasiswa Stikes Panti Waluya Malang sebelum melakukan presentasi tugas terstruktur.