

ASPEK YANG MEMPENGARUHI KECEMASAN BERBICARA BAHASA INGGRIS PADA MAHASISWA BARU

Alivia Zaskia Maulida¹⁾, Rayya Raihana Khotib²⁾, Jihan Nayla Rahmatul 'Izza³⁾*
Jurusan Pendidikan Bahasa Inggris, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri
Walisongo, Indonesia^{1,2,3}

*Corresponding Email: aliviamaulida484@gmail.com¹, rayyarayhana@gmail.com², jihannaila619@gmail.com³

ABSTRAK- Kecemasan berbahasa Inggris sering dirasakan oleh mahasiswa baru khususnya di jurusan Pendidikan Bahasa Inggris. Hal ini adalah masalah umum yang sering terjadi, yang sering mempengaruhi proses belajar mereka secara keseluruhan. Telah ada banyak penelitian tentang kecemasan berbicara bahasa Inggris oleh Mahasiswa di Indonesia. Namun, belum banyak penelitian yang secara khusus berfokus pada mahasiswa baru. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan mengetahui faktor-faktor utama yang memengaruhi kecemasan berbicara bahasa Inggris pada mahasiswa baru Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kajian literatur dan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif diambil berdasarkan gambaran pengalaman mahasiswa baru jurusan Pendidikan Bahasa Inggris. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan timbul dari berbagai aspek, seperti kurangnya kepercayaan diri, keterbatasan kosakata, pengalaman belajar yang kurang efektif, dan minimnya motivasi intrinsik. Mahasiswa Baru juga merasa takut akan kesalahan karena tidak terbiasa menggunakan bahasa Inggris sebagai bahasa kedua. Selain itu, keterampilan berbicara dianggap paling sulit dibandingkan keterampilan berbahasa lainnya karena menuntut respon cepat dan akurat dalam waktu singkat.

Kata Kunci: Pendidikan, Bahasa, Inggris, Kecemasan, Mahasiswa

ABSTRACT- English speaking anxiety is often felt by new students, especially in the English Language Education department. This is a common problem that often occurs, which often affects their overall learning process. There have been many studies on English speaking anxiety by students in Indonesia. However, there have not been many studies that specifically focus on new students. This study aims to identify and determine the main factors that influence English speaking anxiety in new students of the English Language Education Study Program. The research method used in this study is a literature review and a qualitative approach. The qualitative approach was taken based on the description of the experiences of new students majoring in English Language Education. The results of this study indicate that anxiety arises from various aspects, such as lack of self-confidence, limited vocabulary, ineffective learning experiences, and minimal intrinsic motivation. New students are also afraid of making mistakes because they are not used to using English as a second language. In addition, speaking skills are considered the most difficult compared to other language skills because they require fast and accurate responses in a short time.

Keywords: Education, Language, English, Anxiety, Students

PENDAHULUAN

Kecemasan dalam berbicara bahasa Inggris merupakan salah satu masalah psikologis yang umum dialami oleh mahasiswa baru di perguruan tinggi, terutama di negara seperti Indonesia, yang dimana sebagian orang menggunakan bahasa Inggris untuk komunikasi dalam kehidupan sehari-hari meskipun bahasa Inggris bukan bahasa utama di Indonesia. Meskipun demikian, penggunaan bahasa Inggris di lingkungan kampus cukup sering ditemui, terutama dalam konteks akademik seperti presentasi, diskusi kelas, penulisan tugas, hingga komunikasi dengan dosen dalam mata kuliah tertentu.

Faktor-faktor seperti kurangnya kepercayaan diri, keterbatasan kosakata, kurangnya kesempatan untuk berlatih bahasa Inggris, serta perasaan malu karena merasa tidak mampu berbicara bahasa Inggris dengan baik yang dapat memperparah tingkat kecemasan tersebut. Akibatnya, mahasiswa menjadi pasif, enggan untuk berbicara, dan kesulitan dalam mengembangkan kemampuan berbicara bahasa Inggris yang seharusnya dibentuk selama proses perkuliahan (Ningsih et al., 2017).

Mahasiswa menyampaikan bahwa dari keempat keterampilan berbahasa Inggris membaca, menulis, mendengarkan, dan berbicara kegiatan berbicara merupakan yang paling sulit untuk mereka ikuti. Hal ini disebabkan oleh tuntutan untuk merespons secara spontan, tepat, dan dapat diterima dalam konteks komunikasi. Mereka merasa kesulitan karena masih belum terbiasa memilih kosakata yang sesuai dan menggunakan tata bahasa (*grammar*) secara benar dalam waktu yang singkat saat berbicara. Kesulitan ini semakin terasa karena mereka merasa belum memiliki kemampuan dasar yang memadai dalam berbicara bahasa Inggris. Saat berbicara, tidak hanya pemahaman terhadap bahasa yang dibutuhkan, tetapi juga kepercayaan diri serta kemampuan berpikir cepat dalam bahasa asing, yang bagi sebagian besar dari mereka masih menjadi tantangan besar.

Horwitz and Cope (1986) mengemukakan bahwa kecemasan berbahasa asing atau *foreign language anxiety* (FLA) merupakan kecemasan wajar yang mirip dengan kecemasan berbicara di depan umum atau *public speaking anxiety*. Banyak orang yang mengalami kecemasan pada beberapa situasi. Salah satunya adalah kecemasan pada saat berbicara di depan umum dengan menggunakan bahasa asing (bukan bahasa asli) (Anggraeni & Rachmijati, 2017).

Melihat pentingnya kemampuan berbicara bahasa Inggris di tingkat perguruan tinggi, terutama dalam mendukung keberhasilan akademik dan profesional di masa depan, maka perlu dilakukan kajian yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor penyebab kecemasan tersebut serta strategi yang dapat diterapkan untuk mengatasinya, mengingat pula bahwa bahasa Inggris bukan bagian dari komunikasi sehari-hari bagi sebagian besar mahasiswa.

Topik ini banyak diteliti sebelumnya, tetapi tidak ada yang meneliti topik ini secara spesifik pada mahasiswa baru. Penelitian yang sudah ada hanya berfokus pada mahasiswa jurusan Pendidikan Bahasa Inggris secara keseluruhan. Oleh karena itu, perlu adanya penelitian kembali yang berfokus secara spesifik pada mahasiswa baru jurusan Pendidikan Bahasa Inggris. Hal ini dikarenakan banyaknya mahasiswa baru yang merasa takut untuk berbicara Bahasa Inggris padahal seharusnya hal tersebut menjadi hal yang mudah dilakukan bagi mahasiswa baru jurusan Pendidikan Bahasa Inggris.

Adapun tujuan dari penelitian ini antara lain untuk mengidentifikasi aspek-aspek yang memengaruhi kecemasan berbicara bahasa Inggris pada mahasiswa baru, menganalisis faktor-faktor utama penyebab kecemasan dalam konteks komunikasi lisan berbahasa Inggris di lingkungan akademik, dan memberikan pemahaman kepada pengajar tentang bagaimana cara mengembangkan metode pembelajaran yang dapat membantu mahasiswa dalam mengatasi kecemasan berbicara bahasa Inggris.

KAJIAN TEORI

Menurut Ulfathin bahasa Inggris bukan sekadar alat komunikasi, melainkan fondasi utama dalam interaksi global di berbagai bidang, seperti pendidikan, bisnis, dan diplomasi. Kemahiran berbicara bahasa Inggris dengan lancar menjadi kunci kesuksesan individu dalam menembus pasar global yang semakin terintegrasi (Firna et al., 2024).

Kecemasan dalam berbicara bahasa Inggris adalah fenomena yang sering dialami oleh pembelajar bahasa, yang meliputi rasa gugup, ketakutan akan membuat kesalahan, dan rasa tidak nyaman saat berkomunikasi. Kecemasan ini dapat dipicu oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi ketakutan untuk membuat kesalahan dan adanya rasa tidak percaya diri. Adapun faktor eksternal yaitu lingkungan yang kurang kondusif untuk berbicara bahasa Inggris.

Diantara teori-teori yang menjadi sumber utama kecemasan mahasiswa dalam belajar 79% kecemasan itu berasal dari dirinya sendiri yang merasa tidak memiliki dasar yang kuat dalam berbicara bahasa Inggris. Mereka merasa tidak memiliki dasar yang kuat dalam penguasaan bahasa tersebut, yang kemudian memicu gejala seperti gugup, malu, takut ditertawakan, bingung, kehilangan kata-kata, hingga berkeringat dingin. Mahasiswa menyadari bahwa kemampuan bahasa Inggris mereka kurang berkembang sejak duduk di bangku SMA, dan mereka juga mengungkapkan ketidaksukaan terhadap bahasa Inggris karena perbedaan struktur dan aturan yang jauh dari bahasa Indonesia sebagai bahasa sehari-hari yang mereka gunakan. Perasaan cemas tersebut muncul secara terpaksa, terutama ketika mereka harus berkonsentrasi menggunakan bahasa Inggris dalam kegiatan akademik. Hal ini diperparah oleh kurangnya fondasi pengetahuan yang mereka miliki sebelumnya. Sebagian besar responden (85%) menyebut bahwa mereka memilih jurusan Bahasa Inggris bukan karena minat pribadi, melainkan karena dorongan dari orang tua atau saudara, sehingga pembelajaran bahasa Inggris menjadi beban tersendiri yang menambah tekanan psikologis (Anggraeni & Rachmijati, 2017).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kualitatif dan kajian literatur. Pendekatan kualitatif diambil berdasarkan pengalaman mahasiswa baru jurusan Pendidikan Bahasa Inggris di Universitas Islam Negeri Walisongo. Tinjauan pustaka juga digunakan untuk menyempurnakan hasil dari penelitian. Kajian literatur dilakukan melalui tinjauan pustaka terhadap berbagai jurnal ilmiah, artikel, dan laporan penelitian terdahulu yang relevan. Hal ini digunakan untuk memperkuat dan mendukung hasil dari data kualitatif. Dengan menggabungkan data kualitatif dan literatur yang telah ada, penelitian ini diharapkan dapat mengetahui aspek-aspek yang mempengaruhi kecemasan berbicara bahasa Inggris pada mahasiswa baru.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengalaman cemas saat berbicara bahasa Inggris yang dialami oleh mahasiswa baru di Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris di Universitas Islam Negeri Walisongo adalah masalah yang umum terjadi, yang sering mempengaruhi proses belajar mereka secara

keseluruhan. Mahasiswa baru jurusan Pendidikan Bahasa Inggris ini biasanya memiliki harapan tinggi untuk memahami bahasa Inggris, yang dianggap bahasa Inggris sebagai bahasa internasional dan penting untuk di pelajari di masa globalisasi seperti sekarang ini. Namun, hal ini justru membuat mereka merasa cemas, terutama ketika mereka diminta berbicara bahasa Inggris di depan umum. Penyebab utama terjadinya kecemasan ini adalah karena kurangnya pengalaman mahasiswa dalam berbicara bahasa Inggris.

Banyak mahasiswa yang tidak memiliki kesempatan untuk berlatih berbicara secara aktif, baik di lingkungan akademis maupun sosial sebelumnya. Oleh sebab itu, ketika mereka harus berbicara di depan kelas atau ketika diskusi kelompok, rasa gugup dan takut untuk membuat kesalahan seringkali muncul di pikiran mereka. Mereka khawatir jika pengucapan mereka tidak tepat, tata bahasa yang digunakan salah, atau kosakata yang dipilih tidak sesuai, atau mungkin ada banyak kata yang belum mereka ketahui sehingga mereka kesulitan membicarakan apa yang mereka maksud dalam bahasa Inggris. Ketakutan ini tentu dapat menghambat kemampuan mereka untuk menyampaikan ide dan pendapat dengan jelas, dan ini tentu saja dapat mempengaruhi kegiatan belajar mereka.

Berbagai faktor kompleks saling berinteraksi membentuk tingkat kecemasan yang dialami individu. Pembahasan ini akan menguraikan beberapa aspek utama yang memengaruhi kecemasan berbicara bahasa Inggris pada mahasiswa baru. Salah satu aspek penting yang memengaruhi kecemasan berbicara adalah faktor internal atau psikologis individu. Mahasiswa baru sering kali mengalami rendahnya kepercayaan diri karena merasa tidak yakin dengan kemampuan berbahasa Inggris mereka. Ketidakpercayaan diri ini bisa berasal dari minimnya pengalaman berbicara di depan umum atau karena sering membandingkan diri dengan teman yang dianggap lebih fasih. Selain itu, sifat perfeksionis juga menjadi pemicu kecemasan, di mana mahasiswa terlalu fokus pada aspek formal seperti pengucapan dan tata bahasa, sehingga takut melakukan kesalahan saat berbicara. Ketakutan akan dievaluasi negatif juga kerap muncul, terutama jika mahasiswa khawatir akan penilaian dari dosen, teman sebaya, atau bahkan dirinya sendiri. Situasi ini diperburuk ketika lingkungan belajar tidak mendukung dan terasa menghakimi. Dari sisi kepribadian, mahasiswa dengan kecenderungan introvert umumnya merasa lebih cemas untuk berbicara di depan umum dibandingkan dengan mahasiswa yang ekstrovert, yang biasanya lebih nyaman berinteraksi sosial.

Selain faktor internal, aspek eksternal seperti lingkungan dan konteks pembelajaran juga sangat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan mahasiswa. Tekanan akademik yang muncul dari tuntutan presentasi, diskusi, atau ujian lisan dalam bahasa Inggris dapat menjadi sumber stres tersendiri, terutama bagi mahasiswa yang merasa belum siap. Interaksi langsung dengan penutur asli atau dosen yang sangat mahir dalam berbahasa Inggris seringkali meningkatkan kecemasan, karena mahasiswa merasa adanya kesenjangan kemampuan yang besar. Ukuran kelas dan dinamika kelompok juga memiliki peran; kelas yang terlalu besar atau kelompok belajar yang tidak mendukung dapat mengurangi kesempatan mahasiswa untuk berpartisipasi aktif, sehingga memperparah rasa cemas. Selain itu, metode pengajaran yang tidak komunikatif dan terlalu terfokus pada struktur tata bahasa tanpa memberikan ruang berbicara bebas membuat mahasiswa semakin tertekan. Pengalaman belajar sebelumnya juga memengaruhi kondisi saat ini. Mahasiswa yang pernah mengalami pengalaman negatif, seperti dimarahi guru atau mendapatkan nilai rendah, cenderung membawa perasaan takut dan cemas hingga jenjang perguruan tinggi.

Keterbatasan dalam kemampuan linguistik mahasiswa juga turut berperan dalam meningkatkan kecemasan berbicara. Faktor ini meliputi kesulitan dalam memilih kata yang tepat, pengucapan yang kurang jelas, dan pemahaman tata bahasa yang masih terbatas. Mahasiswa yang merasa memiliki kosakata yang terbatas atau kesulitan dengan pengucapan sering kali merasa khawatir akan membuat kesalahan yang akan terlihat jelas oleh orang lain. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang menganggap pengucapan atau aksen mereka tidak sesuai dengan standar yang diharapkan, cenderung merasa lebih cemas.

Temuan ini didukung oleh teori yang diungkapkan oleh Fazio (2001), yang menyatakan bahwa faktor linguistik, seperti penguasaan kosakata dan kejelasan pengucapan, mempengaruhi tingkat kecemasan berbicara (Sari & Susanti, 2024). Mahasiswa yang merasa tidak mampu mengungkapkan ide atau pendapat mereka dengan bahasa yang tepat sering kali mengalami kecemasan yang meningkat. Oleh karena itu, mahasiswa yang merasa tidak cukup fasih dalam penguasaan bahasa Inggris cenderung lebih cemas dalam berbicara di kelas.

Kecemasan dalam berbicara bahasa Inggris merupakan salah satu hambatan signifikan yang dialami oleh mahasiswa dalam proses pembelajaran bahasa asing. Untuk mengatasi permasalahan ini, sejumlah metode pembelajaran telah terbukti efektif dalam membantu

mahasiswa meningkatkan kemampuan berbicara sekaligus mengurangi rasa cemas yang dialaminya.

Berbagai metode pembelajaran dapat dilakukan agar dapat mengurangi kecemasan berbicara bahasa Inggris. Salah satu metode yang bisa digunakan adalah dengan mendorong adanya interaksi antar mahasiswa. Berfokus pada komunikasi langsung secara nyata dan penggunaan bahasa Inggris dalam konteks sehari-hari, seperti diskusi kelompok. Hal ini membantu mahasiswa untuk lebih fokus pada makna dari kata-kata yang diucapkan, bukan berfokus pada tata bahasa.

Selanjutnya, penggunaan bahasa Inggris juga dapat didorong dengan memberikan tugas-tugas, seperti presentasi atau wawancara. Metode ini membuat rasa percaya diri mahasiswa dapat meningkat secara bertahap. Tugas-tugas tersebut juga bisa menjadi bahan evaluasi agar menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Metode drama dan *role play* juga terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan berbicara. Mahasiswa diberikan kebebasan berekspresi tapi dengan menggunakan bahasa Inggris. Cara ini dapat membuat suasana pembelajaran menjadi lebih santai sehingga mahasiswa bisa lebih leluasa.

Metode lain yang juga terbukti efektif adalah CBT berbasis sekolah, tulisan ekspresif, dan intervensi instruksional. Efektivitas metode-metode ini terlihat dari pembelajaran kooperatif dan konseling kelompok yang mampu meningkatkan keterampilan berbicara serta mengurangi kecemasan siswa (Firna et al., 2024).

Metode pembelajaran yang efektif dapat memberikan pengalaman yang positif bagi mahasiswa. Sehingga mahasiswa bisa merasa lebih nyaman dan dapat mengatasi kecemasan berbicara. Metode pembelajaran yang tepat juga dapat mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan agar dapat meningkatkan rasa percaya diri.

SIMPULAN

Kecemasan berbicara bahasa Inggris merupakan tantangan umum yang dialami oleh mahasiswa baru di Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris UIN Walisongo, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor internal seperti rendahnya kepercayaan diri, ketakutan akan

penilaian negatif, dan keterbatasan linguistik, serta faktor eksternal seperti tekanan akademik dan lingkungan belajar yang tidak mendukung. Kurangnya pengalaman berbicara dan metode pembelajaran yang kurang komunikatif semakin memperburuk kecemasan ini, sehingga menghambat partisipasi aktif dan perkembangan kemampuan berbicara mahasiswa. Untuk mengatasi hal ini, diperlukan penerapan metode pembelajaran yang lebih interaktif dan suportif, seperti diskusi kelompok, presentasi, *role play*, dan konseling kelompok, yang tidak hanya meningkatkan keterampilan berbicara tetapi juga membantu membangun rasa percaya diri mahasiswa dalam menggunakan bahasa Inggris secara efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, A., & Rachmijati, C. (2017). Aplikasi Pemahaman Lintas Budaya (Crosscultural Understanding) dalam Pembelajaran Speaking untuk Mengatasi Kecemasan Berbicara (Speaking Anxiety) pada Mahasiswa Semester 2 Program Studi Bahasa Inggris STKIP SILIWANGI. *Jurnal Ilmiah UPT P2M STKIP Siliwangi*, 4(2).
- Firna, R., Rahmania, R., & Bafadal, F. (2024). Faktor Penyebab Dampak Kecemasan Berbicara dalam Bahasa Inggris. *Seminar Nasional Paedagoria*.
- Ningsih, E. W., Bahasa, A., & Balikpapan, A. (2017). Kecemasan dalam Berbicara Bahasa Inggris Mahasiswa Semester Keempat Akademi Bahasa Asing Balikpapan. *SNITT-Politeknik Negeri Balikpapan*.
- Sari, D. S., & Susanti, H. (2024). Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan dalam Berbicara Bahasa Inggris pada Mata Kuliah Speaking for Akademik Purposes. *Tantangan Dan Peluang Dalam Mengoptimalkan Peran Artificial Intelligence (AI) Untuk Menghasilkan Karya Ilmiah Berkualitas Menuju Masa Depan Riset Indonesia Maju 2045*.