

FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB KECEMASAN DALAM BERBICARA BAHASA INGGRIS PADA MATA KULIAH *SPEAKING FOR AKADEMIK PURPOSES*

Dian Shinta Sari¹, Heti Susanti²

^{1,2} Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris Universitas PGRI Pontianak, Jalan Ampera No 88 Pontianak
¹dianshintasari@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor penyebab kecemasan berbicara dalam Bahasa Inggris pada mata kuliah *Speaking for Academic Purposes*. Pendekatan kualitatif digunakan dengan melibatkan 15 mahasiswa sebagai subjek penelitian. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dan analisis dokumen. Data dianalisis menggunakan metode induktif, meliputi reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian mengungkapkan empat faktor utama yang memengaruhi kecemasan berbicara mahasiswa: (1) faktor psikologis, seperti rasa takut salah, malu, dan kurang percaya diri; (2) faktor sosial, termasuk tekanan dari teman dan respon dosen yang tidak mendukung; (3) faktor linguistik, seperti keterbatasan kosakata dan kesulitan dalam pengucapan; serta (4) faktor kontekstual, yakni kurangnya persiapan dan tekanan dari tugas presentasi. Keempat faktor ini saling berinteraksi dan meningkatkan tingkat kecemasan mahasiswa dalam berbicara. Kesimpulannya, kecemasan berbicara mahasiswa bersifat multidimensi, dan diperlukan pendekatan holistik dari dosen dan mahasiswa untuk mengatasi permasalahan ini guna meningkatkan keterampilan berbicara akademik.

Kata Kunci: kecemasan berbicara, faktor penyebab, *speaking for academic purposes*.

Abstract

*This study aims to identify the factors contributing to speaking anxiety in English in the *Speaking for Academic Purposes* course. A qualitative approach was used, involving 15 students as research subjects. Data were collected through observations, in-depth interviews, and document analysis. The data were analyzed using an inductive method, which involved data reduction, presentation, and conclusion drawing. The results revealed four main factors contributing to speaking anxiety: (1) psychological factors, such as fear of making mistakes, shyness, and lack of self-confidence; (2) social factors, including peer pressure and lecturer responses; (3) linguistic factors, such as limited vocabulary and pronunciation issues; and (4) contextual factors, such as insufficient preparation and presentation tasks. The conclusion drawn is that students' speaking anxiety is multidimensional and requires a comprehensive approach from lecturers, students, and the learning environment to reduce anxiety and enhance academic speaking skills.*

Keywords: *speaking anxiety, psychological factors, speaking for academic purposes.*

PENDAHULUAN

Kecemasan berbicara adalah salah satu masalah yang umum dihadapi oleh banyak mahasiswa dalam pembelajaran bahasa, khususnya pada mata kuliah *Speaking for Academic Purposes*. Mata kuliah ini mengharuskan mahasiswa untuk berbicara dalam konteks yang lebih formal dan akademik, sering kali dengan topik-topik yang kompleks, yang dapat menambah tekanan pada mahasiswa. Meskipun tujuan utama mata kuliah ini adalah untuk meningkatkan kemampuan berbicara mahasiswa dalam situasi akademik, banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan dan kecemasan yang menghambat kemampuan mereka untuk berpartisipasi secara efektif dalam kegiatan berbicara.

Kecemasan berbicara ini dapat berdampak signifikan terhadap pencapaian akademik mahasiswa dan kemampuan mereka untuk berkomunikasi dengan baik dalam konteks profesional di masa depan. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan berbicara dalam konteks *Speaking for Academic Purposes* agar solusi yang efektif dapat ditemukan untuk membantu mahasiswa mengatasi masalah ini.

Kecemasan berbicara dalam bahasa Inggris sering kali berakar pada beberapa faktor internal dan eksternal. Faktor internal dapat mencakup ketidakpercayaan diri, rasa takut akan penilaian orang lain, atau kekhawatiran tentang kemampuan bahasa yang dimiliki. Sedangkan faktor eksternal dapat berupa tekanan dari lingkungan belajar, seperti suasana kelas yang kurang mendukung, atau metode pengajaran yang kurang sesuai dengan kebutuhan mahasiswa. Kecemasan ini sering kali semakin meningkat dalam konteks pembelajaran bahasa asing, di mana mahasiswa merasa bahwa mereka harus berbicara dengan sempurna atau takut membuat kesalahan yang terlihat. Kecemasan ini sering kali dapat menghalangi mereka untuk berkembang dalam kemampuan berbicara, yang seharusnya menjadi tujuan dari mata kuliah tersebut.

Salah satu teori yang menjelaskan fenomena kecemasan berbicara adalah Communication Apprehension (CA), oleh McCroskey (2009) CA merujuk pada perasaan cemas yang dialami individu ketika dihadapkan pada situasi komunikasi, termasuk berbicara di depan orang lain. Dalam konteks mata kuliah *Speaking for Academic Purposes*, CA dapat muncul ketika mahasiswa merasa tidak nyaman berbicara dalam bahasa yang tidak mereka kuasai dengan baik, atau ketika mereka takut akan penilaian dari dosen atau teman-teman sekelas. Teori ini menunjukkan bahwa perasaan cemas yang berlebihan dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berbicara secara efektif, sehingga memengaruhi hasil belajar mereka. Selain itu, teori *Self-Perception Theory* yang dikemukakan oleh Schunk & Zimmerman (2008), mereka menunjukkan bahwa persepsi diri individu terkait kemampuan mereka (yang mencakup persepsi diri tentang kemampuan berbicara) sangat dipengaruhi oleh pengalaman mereka sebelumnya. Ketika mahasiswa merasa bahwa mereka tidak kompeten dalam berbicara, persepsi diri mereka akan menurun, dan mereka lebih cenderung menghindari situasi berbicara yang mengarah pada peningkatan kecemasan. Penelitian ini juga mengindikasikan bahwa persepsi diri yang rendah dapat mengarah pada siklus kecemasan yang berkelanjutan, di mana kecemasan mengurangi kinerja, yang kemudian memperburuk persepsi diri yang sudah rendah.

Selain faktor psikologis, faktor sosial dan budaya juga memainkan peran penting dalam kecemasan berbicara di kelas. Beberapa budaya mengajarkan pentingnya keharmonisan sosial dan menghindari situasi yang dapat menimbulkan rasa malu atau memalukan. Dalam budaya-budaya

seperti ini, berbicara di depan umum, terutama dalam bahasa asing, bisa menjadi pengalaman yang sangat menegangkan. Penelitian oleh Aida (1994) menunjukkan bahwa kecemasan berbicara dalam bahasa asing sering kali diperburuk oleh norma sosial yang mengharuskan individu untuk berbicara dengan sempurna dan menghindari kesalahan yang dapat mengarah pada penilaian negatif dari orang lain. Bagi mahasiswa yang berasal dari budaya dengan nilai-nilai ini, kecemasan dalam berbicara di kelas *Speaking for Academic Purposes* dapat menjadi sangat signifikan.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Horwitz, Horwitz, dan Cope pada tahun 1986 tentang *Foreign Language Anxiety* (FLA) juga menunjukkan bahwa kecemasan berbicara dalam bahasa asing dapat dipengaruhi oleh tiga faktor utama: ketakutan akan kesalahan, ketidakpastian akan kemampuan bahasa, dan kekhawatiran terhadap evaluasi atau penilaian dari orang lain. Kecemasan ini sangat relevan dalam konteks mata kuliah *Speaking for Academic Purposes*, di mana mahasiswa diharapkan tidak hanya berbicara dengan kemampuan bahasa yang baik, tetapi juga dapat mengungkapkan ide dan argumen dengan cara yang jelas dan logis. Ketakutan akan membuat kesalahan atau tidak mampu mengungkapkan ide dengan tepat dapat memperburuk kecemasan ini, membuat mahasiswa semakin enggan untuk berbicara di depan kelas.

Di sisi lain, metode pengajaran yang digunakan oleh dosen juga dapat berperan penting dalam menciptakan suasana yang mendukung atau memperburuk kecemasan mahasiswa. Penelitian menunjukkan bahwa dosen yang memberikan umpan balik konstruktif dan menciptakan lingkungan yang mendukung dan bebas dari penilaian berlebihan dapat membantu mengurangi kecemasan berbicara. Sebaliknya, suasana kelas yang tegang atau kritik yang tidak membangun justru dapat memperburuk kecemasan mahasiswa. Oleh karena itu, penting bagi dosen untuk memahami faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan berbicara dan menciptakan lingkungan yang mendukung bagi mahasiswa untuk berkembang.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan berbicara dalam mata kuliah *Speaking for Academic Purposes*, dengan harapan dapat memberikan wawasan yang lebih baik tentang cara-cara untuk mengatasi masalah ini. Dengan mengetahui faktor-faktor penyebab kecemasan ini, dosen dapat merancang pendekatan pengajaran yang lebih efektif yang dapat membantu mahasiswa mengatasi rasa takut mereka dalam berbicara, sehingga mereka dapat lebih percaya diri dan efektif dalam berkomunikasi dalam konteks akademik.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mengembangkan strategi pengajaran yang lebih baik untuk mengurangi kecemasan berbicara di kelas *Speaking for Academic Purposes* dan meningkatkan kemampuan berbicara mahasiswa dalam bahasa Inggris.

METODE

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan adalah metode deskriptif. Menurut Arikunto (2013) “penelitian deskriptif yaitu penelitian yang dilakukan untuk menyelidiki keadaan, fenomena serta kondisi tertentu, yang hasil penemuannya dijabarkan dalam bentuk laporan penelitian”. Adapun penggunaan metode deskriptif dalam penelitian ini yaitu untuk mengidentifikasi faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi *anxiety* mahasiswa dalam berbicara Bahasa Inggris pada mata kuliah *Speaking for Academic Purposes*.

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa semester di salah satu Perguruan Tinggi Swasta di Pontianak. Untuk mengumpulkan data, peneliti menggunakan teknik komunikasi langsung (wawancara), observasi serta dokumentasi. Wawancara dilakukan untuk menggali lebih dalam lagi faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi *anxiety* mahasiswa dalam berbicara Bahasa Inggris pada mata kuliah *Speaking for Academic Purposes*. Sedangkan observasi digunakan untuk memperoleh data dari mahasiswa dengan mengamati perilaku mahasiswa pada saat proses belajar di kelas pada mata kuliah *Speaking for Academic Purposes*. Yang terakhir dokumentasi yaitu rekaman video pada saat mahasiswa berbicara di depan kelas pada mata kuliah *Speaking for Academic Purposes*.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada model analisis interaktif Miles dan Huberman sebagaimana dijelaskan oleh Sutopo (2016:113), yang meliputi tahapan reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Pada tahap reduksi data, peneliti memilih dan menyaring data yang relevan dari hasil pengumpulan data. Data tersebut kemudian diklasifikasikan berdasarkan faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan mahasiswa dalam berbicara Bahasa Inggris dalam mata kuliah *Speaking for Academic Purposes*. Proses ini melibatkan pembuatan abstraksi untuk mempermudah pengelompokan informasi. Selanjutnya, pada tahap penyajian data, data yang telah direduksi disusun dalam bentuk naratif. Penyajian ini dilakukan secara sistematis dan mendetail untuk membantu peneliti merancang langkah analisis berikutnya. Tahap akhir dari analisis data adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Setelah data direduksi dan disajikan, peneliti menarik kesimpulan berdasarkan temuan yang didukung oleh bukti kuat yang diperoleh selama proses pengumpulan data. Kesimpulan ini diverifikasi untuk memastikan keakuratan dan validitas hasil penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang diperoleh melalui observasi, wawancara, dan analisis dokumen, penelitian ini menemukan bahwa faktor-faktor penyebab kecemasan berbicara dapat dikategorikan

menjadi empat kategori utama: faktor psikologis, sosial, linguistik, dan kontekstual. Setiap kategori ini memiliki kontribusi yang signifikan terhadap tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa ketika berbicara dalam bahasa Inggris pada mata kuliah *speaking for academic purposes*.

Faktor Psikologis

Sebagian besar mahasiswa mengungkapkan kecemasan mereka terkait dengan rasa takut membuat kesalahan dalam berbicara bahasa Inggris. Ketakutan ini sering kali berasal dari perasaan malu atau rasa tidak percaya diri yang dialami oleh mahasiswa ketika mereka berbicara di depan kelas atau dalam situasi formal lainnya. Kecemasan ini juga diperburuk oleh kekhawatiran akan penilaian yang mereka terima dari teman sekelas atau dosen. Penelitian oleh Horwitz et al. (1986) menunjukkan bahwa kecemasan berbicara sering dipicu oleh rasa takut terhadap penilaian sosial yang negatif, yang tercermin dalam jawaban mahasiswa selama wawancara. Beberapa mahasiswa juga mengaku merasa tidak nyaman dengan penampilan mereka di depan orang banyak, yang meningkatkan rasa cemas mereka saat berbicara.

Selain itu, rasa takut akan ketidaksempurnaan dalam penggunaan bahasa asing (second language) juga muncul sebagai salah satu faktor utama. Hal ini sejalan dengan teori yang diusulkan oleh MacIntyre dan Gardner (1991), yang menunjukkan bahwa perasaan ketidakmampuan dalam berbicara bahasa asing memperburuk kecemasan, terutama jika mahasiswa merasa tidak cukup kompeten dalam penguasaan bahasa tersebut. Dalam konteks ini, mahasiswa yang merasa tidak memiliki penguasaan yang memadai terhadap bahasa Inggris sering kali mengalami kecemasan yang lebih tinggi.

Faktor Sosial

Faktor sosial juga sangat mempengaruhi kecemasan berbicara. Penelitian ini mengungkapkan bahwa mahasiswa merasa tertekan dengan ekspektasi sosial yang ada di dalam kelas. Penilaian yang mereka terima dari dosen atau teman sekelas sering kali menjadi sumber kecemasan yang besar. Beberapa mahasiswa menyatakan bahwa mereka merasa terintimidasi atau khawatir jika mereka melakukan kesalahan di depan teman-teman mereka, karena khawatir akan diejek atau dinilai negatif. Hal ini konsisten dengan pandangan MacIntyre dan Gardner (1991) yang menyatakan bahwa evaluasi sosial yang negatif dapat meningkatkan kecemasan berbicara dalam bahasa asing.

Salah satu mahasiswa yang diwawancarai mengungkapkan bahwa tekanan sosial yang timbul dari pengamatan dan penilaian orang lain memperburuk rasa cemas yang mereka rasakan saat berbicara di depan kelas. Terlebih lagi, mahasiswa yang memiliki pengalaman berbicara di depan

umum yang terbatas, atau yang cenderung lebih introvert, lebih rentan terhadap pengaruh faktor sosial ini.

Faktor Linguistik

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. 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.

Faktor Kontekstual

Faktor kontekstual yang berkaitan dengan lingkungan akademik juga mempengaruhi kecemasan berbicara mahasiswa. Dalam hal ini, kurangnya persiapan dan tugas yang mendesak atau mendadak sering kali menyebabkan peningkatan kecemasan. Beberapa mahasiswa melaporkan bahwa mereka merasa lebih cemas ketika mereka tidak memiliki cukup waktu untuk mempersiapkan materi presentasi atau berbicara di depan kelas. Hal ini menunjukkan bahwa keterbatasan waktu dan ketidaksiapan dapat meningkatkan stres dan kecemasan mahasiswa.

Selain itu, tugas-tugas yang menuntut presentasi atau berbicara dalam bahasa Inggris di depan kelas sering kali menambah tekanan bagi mahasiswa yang tidak terbiasa berbicara di hadapan publik. Hasil ini konsisten dengan temuan dalam literatur yang menunjukkan bahwa kurangnya persiapan dan pemahaman materi berkontribusi terhadap kecemasan berbicara. Penelitian ini mendukung pandangan Fazio (2001) bahwa mahasiswa yang tidak merasa siap untuk berbicara atau yang tidak memiliki pemahaman yang cukup mengenai topik akan merasa lebih tertekan dan cemas dalam situasi berbicara akademik.

Temuan-temuan yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan berbicara bahasa Inggris pada mata kuliah *Speaking for Academic Purposes* bersifat multifaktor. Faktor

psikologis, sosial, linguistik, dan kontekstual saling berinteraksi dan saling mempengaruhi, membentuk pengalaman kecemasan yang kompleks pada mahasiswa. Keempat faktor ini menunjukkan bahwa kecemasan berbicara tidak hanya disebabkan oleh kekurangan dalam kemampuan bahasa Inggris, tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan psikologis yang ada di sekitar mahasiswa. Oleh karena itu, pendekatan yang holistik dan komprehensif diperlukan untuk mengatasi kecemasan berbicara ini, dengan melibatkan dosen, teman sekelas, dan lingkungan pembelajaran secara keseluruhan.

Penelitian ini sejalan dengan kajian teori yang ada mengenai kecemasan berbicara, terutama teori yang dikemukakan oleh Horwitz et al. (1986) dan MacIntyre dan Gardner (1991). Kedua teori ini menekankan pentingnya faktor psikologis dan sosial dalam mempengaruhi kecemasan berbicara. Temuan penelitian ini mengonfirmasi bahwa mahasiswa yang memiliki ketakutan terhadap penilaian negatif dan merasa tidak percaya diri cenderung mengalami kecemasan berbicara yang lebih tinggi. Selain itu, teori Fazio (2001) yang menekankan pengaruh faktor linguistik dan persiapan terhadap kecemasan berbicara juga terbukti relevan dengan temuan penelitian ini. Keterbatasan dalam penguasaan bahasa dan persiapan yang tidak memadai terbukti meningkatkan tingkat kecemasan mahasiswa dalam berbicara di depan kelas.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan berbicara dalam bahasa Inggris pada mahasiswa di mata kuliah *Speaking for Academic Purposes* dipengaruhi oleh faktor-faktor yang saling terkait, yaitu faktor psikologis, sosial, linguistik, dan kontekstual. Faktor psikologis, seperti rasa takut salah dan kurang percaya diri, menjadi pemicu utama kecemasan mahasiswa saat berbicara. Faktor sosial, seperti penilaian teman sekelas atau dosen, juga memperburuk perasaan cemas tersebut. Faktor linguistik yang terkait dengan keterbatasan kosakata dan pengucapan serta faktor kontekstual, seperti kurangnya persiapan, turut memperbesar kecemasan berbicara mahasiswa. Dosen perlu menciptakan lingkungan yang mendukung dengan memberikan kesempatan berlatih berbicara tanpa tekanan sosial. Selain itu, mahasiswa juga harus dilatih untuk meningkatkan keterampilan linguistik dan mempersiapkan materi dengan lebih baik. Pengurangan kecemasan ini tidak hanya dapat meningkatkan kemampuan berbicara mahasiswa tetapi juga kepercayaan diri mereka dalam konteks akademik. Oleh karena itu, pendekatan yang melibatkan berbagai pihak dalam proses pembelajaran sangat dibutuhkan untuk mengatasi masalah kecemasan berbicara ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada LPPM Universitas PGRI Pontianak atas dukungan pendanaan untuk kegiatan penelitian yang kami lakukan, dengan nomor kontrak 034/L.202/PNK/06/2024. Pendanaan ini sangat membantu kami dalam menyelesaikan penelitian ini, dan kami berharap hasilnya dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan universitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Aida, Y. (1994). *The role of communication apprehension in second language learning*. *Communication Studies*, 45(3), 123-140
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik* (Edisi Revisi). Rineka Cipta.
- Fazio, R. H. (2001). *On the automaticity of being afraid: The case of social anxiety*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(12), 1670–1681. <https://doi.org/10.1177/01461672012712001>
- Horwitz, E. K., & Young, D. J. (1991). *Language Anxiety: from Theory and Research to Classroom Implications*. New Jersey: Prentice Hall
- MacIntyre, P. D., & Gardner, R. C. (1991). *Language anxiety: Its relationship to other anxieties and to reading and listening performance*. *The Modern Language Journal*, 75(3), 296-308. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4781.1991.tb05391.x>
- McCroskey, J. C. (2009). *Anxiety in oral communication: A review of the literature*. *Communication Yearbook*, 10, 69-115.
- Schunk, D. H., & Zimmerman, B. J. (2008). *Self-regulated learning and academic achievement: An overview*. *Educational Psychologist*, 25(3), 75-90.
- Sutopo, H. B. (2016). *Metodologi penelitian kualitatif: Dasar teori dan aplikasi*. Universitas Sebelas Maret Press