

Kecemasan Calon Guru Sekolah Dasar Berkaitan dengan Keterampilan Membaca dan Mendengarkan Bahasa Inggris

Liskah Mendrofa¹, Yuli Christiana Yoedo^{2*}

^{1,2}Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Kristen Petra

Jl. Siwalankerto 121-131, Surabaya, Indonesia

e-mail: yulichy@peter.petra.ac.id

*Penulis korespondensi

INFO ARTIKEL

Kata kunci:

evaluasi negatif, kecemasan, keterampilan membaca, keterampilan mendengarkan, kosakata asing.

Keywords:

anxiety, listening skills, negative evaluation, reading skills, unfamiliar words.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan faktor kecemasan calon guru SD berkaitan dengan keterampilan membaca dan mendengarkan bahasa Inggris serta strategi yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan tersebut. Data penelitian kualitatif ini diperoleh melalui observasi dan wawancara mendalam. Penelitian ini menunjukkan bahwa faktor yang menyebabkan calon guru SD cemas saat membaca teks bahasa Inggris adalah kosakata asing, pelafalan yang sulit, ketakutan membuat kesalahan dan menerima evaluasi negatif serta keterbatasan waktu membaca. Faktor yang menyebabkan calon guru SD cemas mendengarkan bahasa Inggris adalah cara berbicara yang terlalu cepat, pengucapan yang kurang jelas, kosakata asing, dan tidak ada pengulangan percakapan saat ujian. Strategi yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan membaca adalah menggunakan alat terjemahan, mempersiapkan diri sebelum kelas, dan bertanya kepada teman. Strategi calon guru SD untuk mengatasi kecemasan mendengarkan adalah membuat catatan dan bertanya kepada teman.

ABSTRACT

This research aims to investigate the anxiety factors of prospective elementary school teachers related to English reading and listening skills as well as the strategies implemented to deal with such anxieties. The research was conducted using qualitative methods. The data of this qualitative research were collected through observation and in-depth interviews. This research shows that prospective elementary school teachers were anxious when reading because of unknown vocabulary in the text, fear of making mistakes and negative evaluation, and limited reading time. Then, the way people speak too fast, unknown vocabulary, unclear voices or media, and when there is no repetition of conversation are causes of their listening anxiety. Their strategies to cope with reading anxiety are making preparations, asking friends for help and using translation tools. On the other hand, taking notes and asking friends for help were strategies to deal with listening anxiety.

PENDAHULUAN

Bahasa Inggris merupakan bahasa Internasional yang digunakan sebagai alat komunikasi (Putranti, 2019). Bahasa Inggris merupakan alat komunikasi global yang sangat penting yang digunakan sebagai sarana interaksi di berbagai bidang, baik secara pengetahuan umum, teknologi, dan juga di kalangan akademis (Supena, 2024). Pendapat lainnya menekankan hal yang serupa bahwa di era globalisasi saat ini, bahasa Inggris merupakan bahasa yang sangat penting dan dimanfaatkan oleh masyarakat dunia sebagai alat komunikasi dalam koneksi pergaulan, bisnis, dan pendidikan (Sofialina & Hanifah, 2020).

Dalam dunia pendidikan, pada umumnya, bahasa Inggris menjadi salah satu mata pelajaran yang dipelajari mulai dari jenjang pendidikan dasar hingga pendidikan tinggi. Dalam Kurikulum Merdeka di Indonesia, pemerintah memiliki kebijakan tentang penguatan bahasa Inggris di jenjang pendidikan SD (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, 2022). Hal tersebut muncul karena tiga faktor utama. Pertama, bahasa Inggris merupakan kebutuhan penting bagi anak-anak Indonesia. Kedua, kesesuaian dengan kurikulum bahasa. Ketiga, untuk menjaga keseimbangan mutu pembelajaran agar lebih berkualitas. Hal ini menunjukkan bahwa setiap anak membutuhkan kesempatan untuk belajar dan mengembangkan kemampuan bahasa Inggris. Salah satu tujuannya adalah untuk membangun hubungan antar budaya dan bangsa di dunia sebagai masyarakat global. Dalam hal ini, calon guru SD memiliki peran penting untuk mempersiapkan diri dengan keterampilan bahasa Inggris yang baik dan memadai.

Bahasa Inggris mencakup empat keterampilan, yakni menulis, berbicara, membaca, dan mendengarkan (Jupri, 2021). Semua keterampilan ini sangat penting dipelajari dan dikuasai, terutama untuk menyampaikan

pesan atau informasi. Dalam penelitian ini, peneliti mengkaji lebih dalam tentang keterampilan membaca dan mendengar bahasa Inggris. Keterampilan membaca dan mendengarkan bahasa Inggris merupakan *receptive skills* karena pembelajar hanya perlu menerima dan memahami (Masduqi, 2016). Dua keterampilan *receptive* ini membutuhkan proses untuk bisa menerima dan memahami informasi yang diperoleh dengan baik. Pada kenyataannya, penguasaan akan dua keterampilan ini seringkali menjadi proses yang sangat sulit bagi pembelajar bahasa Inggris, sehingga dapat menimbulkan kecemasan.

Pada keterampilan mendengarkan, salah satu kesulitan yang banyak ditemukan adalah pada saat *native speaker* berbicara terlalu cepat, sehingga memberi pengaruh pada proses pemahaman pendengar dan tidak dapat menerima informasi dengan baik (Toni et al., 2020). Sementara itu, untuk keterampilan membaca, kesulitan yang sering dialami oleh pembelajar adalah kosakata yang artinya belum diketahui oleh pembaca atau kosakata asing. Kesulitan-kesulitan dalam menguasai keterampilan menjadi salah satu faktor terjadinya kecemasan bagi pembelajar.

Di sebuah fakultas keguruan sekolah dasar di salah satu universitas swasta di Jawa Timur, peneliti menemukan sebuah fenomena kecemasan yang dialami oleh calon-calon guru SD. Kecemasan yang dialami berkaitan dengan dua keterampilan bahasa Inggris yaitu keterampilan membaca dan mendengarkan bahasa Inggris. Kecemasan ditunjukkan dalam bentuk-bentuk perilaku tertentu, seperti rasa gugup atau takut, dan perilaku lainnya di dalam kelas. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam terkait fenomena ini. Peneliti bertujuan untuk meneliti hal-hal yang menyebabkan calon guru SD cemas dan upaya calon guru untuk mengatasi kecemasan tersebut.

Dalam kajian bahasa, kecemasan merupakan perasaan takut saat belajar bahasa asing, contohnya bahasa Inggris (MacIntyre & Gardner, 1991). Kecemasan dapat dikatakan sebagai salah satu faktor emosional yang sangat berdampak dan esensial, yang dapat memberikan pengaruh pada proses belajar individu (Pan & Lou, 2023). Horwitz et al. (1986) mendefinisikan “*foreign language anxiety as a distinct complex of self-perceptions, beliefs, feelings, and behaviors related to classroom language learning arising from the uniqueness of the language learning process.*” Kecemasan berbahasa juga dapat diartikan sebagai perasaan kuatir dan emosi negatif yang muncul sebagai respon saat belajar bahasa asing (Young, 1999).

Berdasarkan jenisnya, kecemasan dapat dibedakan menjadi dua, yakni kecemasan yang bersifat situasional atau dikenal dengan istilah *state anxiety* dan kecemasan sebagai sifat kepribadian yang dikenal sebagai *trait anxiety* (Saviola et al., 2020). *State anxiety* didefinisikan sebagai kecemasan yang sifatnya sementara yang merupakan reaksi negatif terhadap keadaan buruk atau kondisi-kondisi tertentu. Sementara itu, *trait anxiety* merupakan sifat cemas dari diri seseorang yang sifatnya terus-menerus atau konstan yang berhubungan dengan kepribadian orang tersebut (Spielberger, 1983). Kecemasan terhadap keadaan muncul saat menghadapi momen, situasi, dan waktu-waktu tertentu (Główka, 2014).

Dari sudut pandang yang lain, ada dua tipe kecemasan yaitu *facilitating anxiety* dan *debilitating anxiety*. *Facilitating anxiety* didefinisikan sebagai keadaan di mana individu merasakan cemas atau kuatir belajar bahasa Inggris, sehingga membuat individu tersebut belajar lebih keras, dan berlatih. Perasaan cemas dapat mendorong beberapa orang untuk mencoba lebih banyak dan berusaha lebih keras (Javanbakht & Hadian, 2014). Sementara itu, *debilitating anxiety* merupakan perasaan cemas yang muncul atau ketakutan yang membuat seseorang berhenti mencoba dan belajar bahasa Inggris (Główka, 2014).

Kecemasan terhadap pembelajaran bahasa Inggris ini disebabkan oleh berbagai faktor dan sifatnya sangat kompleks. Kecemasan dalam pembelajaran bahasa Inggris dapat dipengaruhi oleh faktor individu itu sendiri maupun faktor eksternal, seperti cara guru mengajar di kelas bahasa Inggris (Oxford, 1999). Lingkungan belajar termasuk guru yang berperan sebagai instruktur dapat memberikan pengaruh terhadap munculnya kecemasan dalam pembelajaran bahasa Inggris (Główka, 2014). Kemudian, perasaan tidak nyaman saat belajar bahasa Inggris yang disebabkan karena tidak memiliki kemampuan linguistik yang baik juga merupakan faktor utama dari kecemasan di kelas bahasa Inggris (Han et al., 2022).

Dalam pembelajaran bahasa Inggris, ada dua keterampilan yang seringkali menjadi tantangan dan menimbulkan kecemasan bagi pembelajar, yakni keterampilan membaca dan mendengar bahasa Inggris. Dua keterampilan reseptif ini membutuhkan pemahaman yang komprehensif dan sumber daya bahasa yang memadai, seperti penguasaan kosakata. Penguasaan kosakata merupakan bagian yang sangat penting untuk memahami bacaan dan informasi yang diterima (Fidia Putri & Priyanti, 2023). Penguasaan kosakata dibutuhkan dalam melatih keterampilan membaca dan mendengar.

Membaca merupakan aktivitas yang melibatkan mata dan otak, di mana mata menerima pesan dan otak memproses atau mengkonstruksi pesan yang telah diterima dari bacaan. Oleh karena itu, membaca termasuk dalam keterampilan reseptif (Muchtari, 2020). Membaca juga dapat didefinisikan sebagai proses

yang dilaksanakan dan dimanfaatkan dengan tujuan untuk mendapatkan informasi atau pesan yang diutarakan oleh penulis melalui kata-kata (teks) yang telah dibuat (Arwita Putri et al., 2023). Membaca merupakan tindakan interaksi dengan bahasa yang ditata dalam bentuk teks (Pratiwi et al., 2015).

Di dalam proses membaca bahasa Inggris, pembaca seringkali mengalami kesulitan. Kesulitan-kesulitan ini menjadi faktor utama yang menyebabkan kecemasan. Salah satu penyebab kecemasan adalah adanya kosakata asing dalam teks bacaan (Zhu, 2021; Yulita & Saijao, 2022). Dalam prosesnya, pembaca diharapkan untuk mampu menginterpretasi makna dari tulisan atau bacaan yang dibaca (Rashid et al., 2021). Namun, tidak sedikit pembaca yang mengalami kecemasan dan hambatan untuk memahami teks bacaan dalam bahasa Inggris.

Dalam pengertiannya, Muhlis (2017) menjelaskan bahwa kecemasan membaca merujuk pada perasaan takut ketika mencoba membaca dan memahami teks bahasa asing. Saito (1999) menyatakan hal yang serupa bahwa kecemasan membaca adalah perasaan khawatir pada saat membaca bahasa asing, terutama ketika teks bacaan disusun dengan struktur atau sistem penulisan yang berbeda atau lebih kompleks. Ahmad et al. (2013) menjelaskan bahwa kecemasan membaca bahasa Inggris disebabkan oleh dua faktor utama, yakni faktor personal dan fitur teks. Faktor kecemasan akibat faktor personal yaitu perasaan takut akan dampak atau efek dari membaca dan ketakutan untuk membuat kesalahan. Kemudian, faktor fitur teks dari kecemasan membaca dapat mencakup berbagai aspek, termasuk kosakata yang baru atau tidak familiar, topik yang rumit, dan budaya asing yang belum pernah diketahui sebelumnya.

Keterampilan reseptif kedua adalah mendengarkan bahasa Inggris. Mendengarkan merupakan proses menerima informasi dari pembicara, menghasilkan makna, proses menyepakati makna dengan pembicara dan menjawab, menciptakan makna melalui keterlibatan, kreativitas, dan empati (Gilakjani & Sabouri, 2016). Keterampilan mendengarkan bahasa Inggris juga dapat didefinisikan sebagai proses memahami informasi yang diperoleh dari komunikasi antar individu serta merupakan bagian yang sangat esensial (Wahyuni & Inayati, 2022). Dalam proses pemahaman tersebut, pendengar diharapkan mampu memberikan perhatian atau fokus untuk menangkap pesan yang disampaikan (Darti & Asmawati, 2015). Namun, pada kenyataannya, proses ini kerap kali menjadi proses yang cukup sulit. Kesulitan atau kompleksitas saat mendengarkan menyebabkan kecemasan bagi pendengar (Graham, 2006).

MacIntyre (1995) mengungkapkan bahwa kecemasan mendengarkan bahasa Inggris mengacu pada kekhawatiran akan kemungkinan kesalahan dalam memahami informasi yang didengar serta rasa takut dan malu apabila ada evaluasi negatif yang disebabkan karena kesalahan pemahaman. Kecemasan mendengarkan juga didefinisikan sebagai kondisi emosional yang ditandai rasa cemas, gelisah, takut, dan bahkan frustrasi karena kurangnya pemahaman pesan atau informasi yang diterima atau didengar (Tayşi, 2019).

Kecemasan mendengarkan bahasa Inggris disebabkan oleh berbagai macam faktor. Karakteristik bahasa seperti cara pengucapan yang cepat, suara yang kurang jelas dan sulit dipahami, kurangnya dukungan visual, dan faktor lain seperti cara guru mengajar dapat menjadi faktor munculnya kecemasan bagi pendengar (Vogely, 1998). Kecemasan mendengar bahasa Inggris disebabkan karena ketidakmampuan untuk menanggapi kecepatan cara berbicara penutur, kurangnya pengetahuan tentang informasi yang disampaikan, dan makna yang berbeda-beda (Nirwaty, 2020).

Faktor-faktor kecemasan dari kedua keterampilan reseptif ini, yakni membaca dan mendengarkan dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan pembelajaran bahasa Inggris. Untuk mengatasi kecemasan tersebut diperlukan kerja sama antara guru dan pelajar (Liu & Wang, 2023). Ada 5 strategi utama atau mendasar untuk mengatasi kecemasan. Strategi tersebut antara lain melakukan persiapan sebelum pembelajaran, teknik relaksasi, membangun pola pikir positif, mencari bantuan dari rekan pelajar, dan menarik atau mengundurkan diri (Kondo & Ying Ying, 2004). Kecemasan membaca dan mendengarkan juga dapat diatasi melalui *Professional Coping Strategies*, *Social Strategies*, dan *Institutional Coping strategies* (Murray-Harvey et al., 2000). Ada 5 strategi khusus yang ditemukan dalam personal coping strategies, yaitu strategi kognitif, fisik, perilaku, emosi, dan waktu. Untuk *professional coping strategies*, hal-hal yang umumnya dilakukan adalah melakukan persiapan (*being well prepared*) dengan belajar (*knowledge*), melatih diri & membuat perencanaan (*self-management skills*). Strategi selanjutnya adalah *social strategies* yang mencakup diskusi, bertanya kepada teman atau melakukan kerja sama. Selain bertanya kepada teman, strategi yang biasanya dilakukan juga adalah bertanya kepada guru atau dosen yang mengajar. Bertanya kepada guru di sekolah atau dosen di lingkungan kampus termasuk dalam kategori *institutional coping strategies* (Murray- Harvey et al., 2000).

METODE PENELITIAN

Peneliti menggunakan desain penelitian kualitatif deskriptif. Penelitian dengan desain ini bertujuan untuk memperoleh penjelasan yang lebih detail atau mendalam berkaitan dengan fenomena yang terjadi

(Fadli, 2021). Peneliti menjelaskan secara mendalam tentang fenomena kecemasan calon guru SD berkaitan dengan keterampilan membaca dan mendengar bahasa Inggris. Peneliti hanya berfokus pada faktor kecemasan calon guru SD berkaitan dengan keterampilan membaca dan mendengarkan bahasa Inggris serta strategi mengatasi kecemasan tersebut.

Subjek penelitian ini adalah tiga orang mahasiswa prodi PGSD di sebuah universitas swasta di Jawa Timur. Mereka adalah Putri, Angel dan Murni (nama samaran). Mereka berada di semester 4. Ketiganya berasal dari luar pulau Jawa dan kemampuan bahasa Inggris mereka kurang. Ketiganya dipilih karena mereka merasakan kecemasan ketika membaca dan mendengarkan bahasa Inggris.

Penelitian dilaksanakan mulai bulan Februari 2024 dan berakhir pada bulan Mei 2024. Peneliti melakukan observasi di kelas pembelajaran bahasa Inggris setiap hari Kamis 13:30 – 15.30 WIB. Selain itu kegiatan observasi juga dilakukan di kelas tambahan TOEFL. Peneliti membuat catatan lapangan selama observasi untuk mencatat data yang berkaitan dengan pertanyaan penelitian.

Selain observasi, peneliti juga melakukan wawancara mendalam untuk menggali faktor-faktor penyebab kecemasan calon guru SD terkait keterampilan membaca dan mendengarkan bahasa Inggris, serta strategi untuk mengatasinya. Wawancara mendalam ini bertujuan untuk memperoleh data yang lebih komprehensif berdasarkan pengalaman masing-masing calon guru SD. Wawancara ini dilakukan peneliti di luar jam kuliah dan menyesuaikan jadwal subyek penelitian. Pada saat wawancara, peneliti banyak memberikan pertanyaan terbuka untuk mendapatkan data yang detail dan akurat.

Setelah mengumpulkan data dari observasi dan wawancara mendalam, peneliti melakukan proses analisa. Analisa data adalah usaha atau tindakan untuk mengkategorikan atau mengklasifikasi data. Data yang sudah dikumpulkan disusun berdasarkan tema atau pola (Sutriani & Octaviani, 2019). Peneliti melakukan pengecekan data apabila sudah akurat dan melakukan pengelompokan data berdasarkan tema. Setelah mengumpulkan data, mengelompokkan, menyajikan data, peneliti melakukan penarikan kesimpulan. Penarikan kesimpulan bertujuan untuk menjawab pertanyaan penelitian. Kesimpulan dirumuskan berdasarkan data-data yang diperoleh di lapangan.

Peneliti melakukan uji keabsahan data untuk memastikan kevalidan data. Uji keabsahan data dilakukan untuk mengetahui kebenaran data sesuai dengan realita di lapangan karena data ini sangat penting sebagai sumber analisis dan sebagai dasar untuk menarik kesimpulan (Sa'adah *et al.*, 2022). Peneliti menggunakan triangulasi teknik dan triangulasi waktu. Pertama yaitu triangulasi teknik, yakni pengecekan data dilakukan dengan dua teknik yang berbeda yaitu observasi dan juga wawancara mendalam. Observasi dan wawancara mendalam dilakukan untuk mengecek data dari sumber yang sama yaitu subjek penelitian. Peneliti mengobservasi di kelas dan divalidasi dengan teknik wawancara antara peneliti dengan subjek melalui pertanyaan terbuka. Kedua, peneliti melakukan pengecekan data dengan triangulasi waktu. Waktu penelitian tidak dilakukan hanya dalam satu hari atau satu waktu, tetapi dalam waktu yang berbeda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menemukan berbagai faktor yang menyebabkan calon guru SD mengalami kecemasan berkaitan dengan keterampilan membaca dan mendengarkan bahasa Inggris. Faktor pertama penyebab kecemasan membaca adalah adanya kosakata asing dalam teks bacaan. Tiga calon guru SD menyatakan bahwa kosakata asing yang dimaksud adalah kosakata yang jarang ditemui atau belum pernah diketahui sebelumnya.

Putri menjelaskan bahwa ia sering menemukan kosakata asing bahasa Inggris. Ia menyadari bahwa kosakata bahasa Inggrisnya kurang. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan dan pengalaman belajar. Dia mulai belajar bahasa Inggris di jenjang SMP. Kosakata yang dipelajarinya hanya berkaitan dengan aktivitas sehari-hari (Personal communication, February 7, 2024). Dari hasil observasi pada hari yang sama, kekurangan kosakatnya ini terbukti ketika dia tidak dapat menjawab pertanyaan bacaan dengan benar. Dia kesulitan memahami bacaan karena dia menemukan banyak kosakata asing dalam bacaan.

Sementara itu, Murni baru belajar bahasa Inggris ketika duduk di kelas 6 SD. Ia menyesali hal itu karena seharusnya dia bisa belajar bahasa Inggris lebih awal supaya bisa mempunyai banyak kosakata. Ia menambahkan bahwa ada kosakata sederhana yang masih tidak diketahuinya, contohnya barang-barang di dapur (Personal Communication, February 8, 2024). Peneliti mengamati bahwa Murni kelihatan tidak percaya diri ketika harus menceritakan pesan dalam teks bahasa Inggris. Hal ini disebabkan dia belum selesai mencari arti semua kosakata asing yang ditemuinya dalam teks. Sementara itu, di kelas bukan bahasa Inggris, dia tampil percaya diri.

Selain kosakata asing, kecemasan Angel juga berkaitan dengan pelafalan yang sulit. Berdasarkan observasi, Angel kelihatan gugup ketika diminta untuk membaca kosakata yang pelafalannya sulit. Kegugupannya

muncul karena dia takut membuat kesalahan dalam pelafalan (Personal Communication, February 7, 2024).

Berdasarkan observasi, kegugupan ini juga dialami oleh Putri. Pada saat ia berdiri di depan kelas, ia tiba-tiba lupa cara melafalkan kosa kata asing tertentu meskipun dia sudah belajar mengingat sebelumnya. Hal ini karena kosakata asing tersebut susah untuk dilafalkan (Personal Communication, March 12, 2024).

Bukan hanya Angel dan Putri, Murni juga cemas saat membaca teks bahasa Inggris. Dia tidak ingin menerima evaluasi negatif. Murni merasa malu dianggap bodoh oleh dosen dan teman-temannya. Murni sadar bahwa di level perguruan tinggi, dia seharusnya sudah bisa membaca bahasa Inggris dengan baik (Personal Communication, May 7, 2024).

Angel juga merasa malu jika diberikan evaluasi negatif oleh dosen. Namun, dia menyadari bahwa komentar yang diberikan tentunya bertujuan baik, yakni untuk memperbaiki kesalahannya. Dia hanya berharap bahwa komentar diberikan dalam sesi evaluasi secara keseluruhan, baik untuk dirinya dan juga untuk mahasiswa lainnya. Dengan kata lain, evaluasi diberikan tanpa menyebutkan nama mahasiswa (Personal Communication, May 7, 2024).

Ternyata Murni juga mengharapkan cara pemberian evaluasi yang sama. Ketika si jenjang SMA, dia mendapat evaluasi negatif yang terlalu banyak. Hal tersebut memberikan pengaruh hingga dia duduk di bangku kuliah. Ia masih merasa takut untuk membuat kesalahan karena takut diberikan evaluasi negatif, sehingga ia lebih memilih menjadi pasif di kelas. Kecemasan yang disebabkan oleh rasa takut ini membuatnya merasa tertekan, mempertanyakan kemampuannya, dan memiliki persepsi negatif terhadap dirinya sendiri. Padahal ia yakin bahwa kompetensi bahasa Inggrisnya adalah yang terbaik dibandingkan kompetensinya yang lain (Personal Communication, May 7, 2024).

Dari hasil observasi terhadap Murni dan Angel pada hari yang sama dengan wawancara, peneliti melihat bahwa reaksi keduanya selaras dengan ucapan mereka. Ketika dosen memberikan evaluasi, Murni kelihatan menunduk malu, Angel masih dapat memandang dosen dan tersenyum. Murni memang suka duduk di bangku belakang dan lebih banyak bersikap pasif.

Selain kosakata asing, keterbatasan waktu yang diberikan saat membaca juga menjadi penyebab ketiga subyek merasakan kecemasan. Waktu yang terbatas biasanya dialami pada saat ujian bahasa Inggris. Ketika mengikuti latihan membaca TOEFL, mereka juga merasakan kecemasan karena pembatasan waktu. Akibatnya, mereka tidak dapat memahami isi bacaan dengan baik (Personal Communication, March 15, 2025).

Ketiga subyek mengungkapkan bahwa faktor yang membuat mereka merasa cemas saat mendengarkan bahasa Inggris adalah cara pembicara yang berbicara terlalu cepat. Selain itu, hal lain yang mempengaruhi perasaan cemas adalah pelafalan pembicara yang kurang jelas, kosakata asing dan juga tidak adanya pengulangan percakapan saat ujian. Akibatnya, pesan yang disampaikan pembicara tidak dapat dipahami dengan baik (Personal Communication, February 22, 2024).

Putri memang merasa cemas ketika orang berbicara dalam bahasa Inggris terlalu cepat. Namun, ia juga tetap cemas jika mendengar kosakata asing meskipun kecepatan berkurang. Putri mengakui bahwa hal itu disebabkan karena kurangnya kosakata bahasa Inggris yang ia miliki (February 22, 2024). Berdasarkan pengamatan, meskipun dosen sudah memperlambat kecepatan bicaranya, Putri masih nampak cemas. Dia kelihatan tidak memahami apa yang disampaikan dosen.

Selain itu, Putri juga mengalami ketakutan untuk mengajukan pertanyaan kepada dosen ketika ia tidak mengerti materi bahasa Inggris yang ia dengarkan. Ia merasa takut bahwa tindakannya tersebut dapat mengganggu jalannya proses pembelajaran dan menyita waktu banyak. Putri menyatakan bahwa ia tidak memiliki pengalaman buruk dengan dosen yang mempengaruhi atau yang membuat dia takut untuk bertanya. Putri mengungkapkan bahwa ia hanya merasa takut dan malu terhadap dosen, dan merasa lebih percaya diri jika bertanya kepada teman. Perasaan tersebut muncul dari persepsinya bahwa ketika ia bertanya, itu akan menghambat proses pembelajaran (Personal Communication, February 22, 2024).

Hasil wawancara tersebut memperkuat hasil observasi sehari sebelumnya. Putri nampak kebingungan dengan penjelasan dosen tetapi dia tidak bertanya kepada dosen. Dia memilih bertanya kepada teman yang duduk di sebelahnya. Jawaban dan reaksi yang sama diberikan Putri satu bulan kemudian ketika dia tidak memahami penjelasan dosen.

Strategi yang digunakan Putri untuk mengatasi kecemasan berkaitan dengan keterampilan membaca adalah dengan menggunakan alat terjemahan. Ketika menerima teks dalam bahasa Inggris, dia langsung menyalin ke alat terjemahan atau mengunduh file teks bacaan bahasa Inggris yang sudah diubah ke bahasa Indonesia. Meskipun dia memahami maksud bacaan dalam bahasa Indonesia, kosakata bahasa Inggrisnya tidak terlalu meningkat. Dia mengakui bahwa kalau pun misalnya bertambah itu hanya 1% dan itu terjadi

ketika dia membaca kembali versi bahasa Inggris (Personal Communication, March 15, 2024).

Angel juga menggunakan alat terjemahan yaitu *google translate*. Namun dia merasakan kosakatanya meningkat. Selain itu, dia juga dapat mengetahui pelafalan yang benar dari kosakata tersebut (Personal Communication, March 15, 2024).

Ketiga subyek menerapkan berbagai strategi untuk mengatasi kecemasan berkaitan dengan keterampilan mendengarkan bahasa Inggris. Berdasarkan observasi, Putri memilih untuk bertanya kepada teman selama pembelajaran di kelas. Sementara itu, Angel dan Murni membuat catatan dari poin-poin yang didengarkan. Cara-cara tersebut dapat dianggap tepat. Di tengah kecemasan karena mengalami kesulitan, ketiganya berusaha untuk mengatasi masalah mereka.

Berkaitan dengan kosakata, Utami et al. (2018) mengungkapkan adanya kendala yang dihadapi oleh mahasiswa terkait penguasaan kosakata. Penguasaan kosakata mereka yang kurang disebabkan karena kurangnya pendidikan. Pengetahuan tentang bahasa Inggris yang sedikit akan berdampak pada kemampuan berbahasa Inggris. Latar belakang pengetahuan erat kaitannya dengan proses belajar sebelumnya termasuk sekolah tempat belajar, program belajar yang diadakan, dan sebagainya. Hal ini akan menentukan kemampuan dan mempengaruhi proses pembelajaran ketika masuk ke perguruan tinggi (Sopiah, 2014; Liu, 2015). Salah satu pengaruhnya adalah munculnya kecemasan (Zhu, 2021; Yulita & Saijao, 2022).

Latar belakang pengetahuan atau pengetahuan sebelumnya (*prior knowledge*) ini dikenal sebagai *schemata* (Ekasary et al., 2022). Teori skema menjelaskan bagaimana pembaca menggunakan latar belakang pengetahuan atau pengetahuan sebelumnya untuk memahami teks bacaan (Bartlett, 1932; Rumelhart, 1980). Lalu, bagaimana mengaktifkan pengetahuan sebelumnya saat membaca bahasa Inggris apabila individu itu sendiri tidak memiliki pengetahuan dan pengalaman sebelumnya? Dalam hal ini, sekolah atau guru memiliki peran yang penting untuk melatih kebiasaan bahasa Inggris terutama di jenjang pendidikan sekolah dasar hingga tingkat selanjutnya.

Teori *Critical Period and Language Theory* (Lenneberg, 1967) menjelaskan tentang jangka tertentu untuk proses belajar bahasa yang baik. Periode kritis mengarah pada masa tertentu dalam perkembangan manusia untuk mempelajari suatu keterampilan menjadi jauh lebih sulit ketika masa tersebut terlampaui. Ia menyampaikan bahwa periode kritis tersebut berlangsung hingga masa pubertas. Dalam konteks bahasa, setelah masa tersebut terlampaui, proses belajar bahasa akan lebih menantang. Hal ini bukan berarti orang dewasa tidak dapat menguasai keterampilan bahasa Inggris, tetapi perlu pemberian stimulus, kemauan dari diri sendiri untuk belajar, dan strategi belajar (Susini, 2020). Meskipun demikian, perlu menjadi perhatian bahwa usia anak sekolah dasar atau hingga masa pubertas merupakan kesempatan yang sangat baik untuk belajar bahasa. Di usia tersebut, mereka akan lebih mudah menyerap, belajar bahasa, kosakata baru, dan keterampilan bahasa lainnya (Sepyanda, 2017).

Melihat manfaat yang besar dari belajar bahasa Inggris sejak jenjang sekolah dasar, peran guru atau sekolah sangat penting sekali. Untuk dapat membantu murid nantinya, calon guru SD wajib meningkatkan keterampilan bahasa Inggris mereka. Calon guru SD perlu menyiapkan strategi yang efektif untuk mencapai tujuan tersebut.

Selain itu, untuk pengembangan kosakata bahasa Inggris, individu itu sendiri perlu menerapkan cara belajar yang efektif. Cara efektif untuk meningkatkan kosakata bahasa Inggris bisa berbagai macam cara, termasuk sering membaca teks dalam bahasa Inggris. Membaca memiliki pengaruh pada peningkatan kosakata bahasa Inggris (Duff et al., 2015).

Berkaitan dengan keterampilan membaca, hal yang biasa dilakukan adalah melakukan persiapan seperti latihan membaca sebelum kelas, menggunakan alat terjemahan, dan bertanya kepada teman. Strategi-strategi tersebut termasuk dalam strategi mengatasi kecemasan sebagaimana dijelaskan dalam landasan teori, yakni strategi berupa persiapan diri sebelum pembelajaran dan strategi sosial dengan mencari bantuan dari orang lain (*social strategies*). Persiapan diri sebelum pembelajaran ini dilakukan dengan membaca teks yang telah diberikan oleh dosen sebelum pertemuan tatap muka.

Penggunaan alat terjemahan tentu bukan hal yang salah. Justru alat terjemahan akan sangat membantu dalam banyak hal termasuk mencari kosakata yang kurang dimengerti. Salah satu alat terjemahan yang cukup sering digunakan adalah *google translate*. Melalui *google translate*, seseorang dapat lebih mudah menerjemahkan mulai dari kata per kata hingga kalimat yang panjang (Hardini & Dewi, 2021).

Namun, penggunaan *google translate* itu juga bisa berdampak negatif terhadap peningkatan kemampuan bahasa Inggris. Salah satu penelitian sebelumnya membahas dampak penggunaan *google translate* terhadap hasil belajar (Alsalem, 2019). Ia menjelaskan penggunaan *google translate* yang berlebihan dapat membuat ketergantungan. Setiap kali membaca teks dalam bahasa Inggris, murid selalu

menggunakan alat terjemahan dan hanya fokus pada hasil terjemahan bahasa Indonesia. Namun, tidak dapat dipastikan akurasi atau ketepatan terjemahan, dan memungkinkan terjadinya kesalahan penerjemahan kalimat apalagi teks melalui alat terjemahan tersebut (Maulida, 2017).

Oleh karena itu, calon guru SD perlu memperhatikan penggunaan alat terjemahan secara efektif. Harapannya melalui alat terjemahan, penguasaan kosakata semakin meningkat dan melatih kemampuan membaca kosakata bahasa Inggris yang sulit melalui fitur “cara pengucapan”. Selain itu, dosen yang mengajar juga perlu memberikan perhatian kepada mahasiswa apabila memberikan latihan membaca bahasa Inggris melalui artikel. Satu hal yang perlu diperhatikan adalah bahwa artikel tersebut diberikan untuk melatih kemampuan membaca bahasa Inggris dan untuk tujuan peningkatan kosakata bahasa Inggris.

Ketakutan akan evaluasi negatif membuat seseorang merasa cemas apabila melakukan kesalahan. Horwitz et al., (1986) berpendapat ketakutan tersebut bisa berdampak lebih luas dalam konteks sosial. Salah satu contohnya adalah ketakutan tersebut bisa mengakibatkan seseorang merasa malu dan takut dianggap tidak kompeten oleh orang lain. Evaluasi negatif dari orang lain, seperti rekan di kelas dan juga dosen, dapat menyebabkan seseorang menjadi pasif dalam proses pembelajaran bahasa Inggris (Neman & Ganap, 2018).

Pendapat dari orang lain seringkali menjadi tolak ukur bagaimana seseorang menilai diri sendiri. Jika mendasari nilai diri sendiri berdasarkan pendapat orang lain yang bisa saja berubah-ubah, perilaku yang muncul adalah ketidakamanan, ketakutan, dan kemarahan. Sebaliknya, jika mendasari nilai diri terhadap kebenaran Firman Tuhan, perilaku yang muncul adalah kasih, sukacita, anugerah, dan keberanian (McGee, 2003). Nilai diri yang sesungguhnya bukan berdasarkan perkataan atau pendapat orang lain, namun pada apa kata Firman Tuhan tentang kita.

Iblis berusaha menipu manusia, termasuk banyak orang Kristen, supaya yakin bahwa nilai diri ditentukan berdasarkan kinerja atau kemampuan dengan tujuan untuk menyenangkan orang lain: *self-worth = performance + others' opinions* (McGee, 2003). Kita sebagai orang percaya seharusnya tidak perlu takut, kesalahan atau kegagalan tidak akan bisa menghilangkan nilai diri kita yang sesungguhnya. Tuhan sudah memberikan nilai berharga itu dan dengan percaya diri tanpa rasa cemas dan keraguan, kita meyakini kebenaran-Nya. Kita juga harus mempunyai keyakinan bahwa Tuhan sendiri yang memberikan kemampuan, pengetahuan dan hikmat.

Berkaitan dengan kecemasan karena evaluasi negatif, untuk mengatasi kecemasan tersebut dosen dan mahasiswa perlu bersinergi (Liu & Wang, 2023). Dalam memberikan evaluasi, dosen tidak selalu hanya berfokus pada kesalahan, tetapi pada cara, kapan, seberapa sering dan bagaimana kesalahan itu tersebut diperbaiki. Mahasiswa perlu merespon evaluasi yang diberikan secara positif. Mahasiswa perlu melihat evaluasi sebagai bahan perbaikan bagi diri sendiri dan juga bagi teman yang mendengarkan (Bekleyen, 2004).

Keputusan Putri untuk bertanya kepada teman dan tidak bertanya kepada dosen bukan disebabkan karena dia pernah mempunyai pengalaman buruk dengan dosen. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan et al. (2012) bahwa pengalaman buruk di masa lampau bukan menjadi penyebabnya. Keenganan tersebut hanya disebabkan karena perasaan malu dan takut saja.

Di dalam setiap ujian pasti ada pembatasan waktu. Menurut Syafrizal & Fadilah (2018), pembatasan waktu tersebut dapat menimbulkan kecemasan. Hal ini mengakibatkan materi ujian tidak dapat dipahami dengan baik. Kecemasan ini sebetulnya dapat diatasi dengan mengikuti latihan ujian. Usaha ini merupakan bentuk strategi mempersiapkan diri.

Ketiga subyek merasakan kecemasan saat mendengarkan bahasa Inggris ketika cara pembicara yang berbicara terlalu cepat, pelafalan pembicara yang kurang jelas, ~~kosakata asing~~ dan tidak adanya pengulangan percakapan saat ujian. Putera Jaya et al. (2021) setuju bahwa ketiga penyebab pertama memang dapat menjadi penghalang bagi pendengar untuk memahami pesan. Tidak adanya pengulangan percakapan saat ujian tentu saja merupakan hal yang tidak bisa diubah. Untuk mengatasi kecemasan, ketiga subyek perlu mengikuti latihan ujian.

Meskipun mempunyai kecemasan dalam mendengarkan bahasa Inggris, ketiga subyek tidak menyerah. Mereka berusaha untuk mengatasi kecemasan mereka. Mereka melakukan sendiri sesuai dengan kemampuan mereka. Ketika diri sendiri tidak mampu, pihak lain perlu dilibatkan.

Dari penelitian ini, kita bisa melihat pentingnya strategi untuk belajar bahasa Inggris dengan baik. Strategi atau usaha menjadi bagian calon guru SD untuk mencapai tujuan yang diharapkan, yakni menjadi calon guru SD yang terampil dalam bahasa Inggris. Dengan demikian kelak ketika mengajar murid-murid SD, mereka dapat mengajar dengan kompeten.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan data dan hasil analisis data, penelitian ini menunjukkan bahwa faktor yang menyebabkan calon guru SD cemas saat membaca teks bahasa Inggris adalah kosakata asing, pelafalan yang sulit, ketakutan membuat kesalahan, evaluasi negatif, dan keterbatasan waktu membaca. Faktor yang menyebabkan calon guru SD cemas mendengarkan bahasa Inggris adalah cara berbicara yang terlalu cepat, pelafalan yang kurang jelas, kosakata asing, dan tidak adanya pengulangan percakapan saat ujian.

Strategi yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan membaca adalah menggunakan alat terjemahan *google translate*, mempersiapkan diri dengan membaca sebelum kelas dan juga bertanya kepada teman. Sementara itu, strategi yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan mendengarkan bahasa Inggris adalah membuat catatan dan bertanya kepada teman.

Sebagai calon guru SD, kecemasan ternyata tidak dibiarkan menguasai. Berbagai kecemasan diatasi dengan berbagai strategi. Solusi ini muncul karena adanya kesadaran untuk mencapai target tertentu.

Peneliti selanjutnya dapat mengkaji faktor-faktor kecemasan membaca dan mendengarkan bahasa Inggris dengan subjek yang berbeda. Peneliti selanjutnya juga dapat menganalisis faktor lain yang dapat menyebabkan kecemasan dan strategi yang efektif untuk mengatasi kecemasan berkaitan dengan keterampilan membaca dan mendengarkan bahasa Inggris.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, I. S., Al-Shboul, M. M., Nordin, M. S., Rahman, Z. A., Burhan, M., & Madarsha, K. B. (2013). The potential sources of foreign language reading anxiety in a Jordanian EFL context: A theoretical framework. *English Language Teaching*, 6(11), 89-110. <http://dx.doi.org/10.5539/elt.v6n11p89>
- Alsalem, R. (2019). The effects of the use of Google Translate on translation students' learning outcomes. *Arab World English Journal For Translation and Literary Studies*, 3(4), 46-60. <https://doi.org/10.24093/awejtls/vol3no4.5>
- Bartlett, F.C. (1932). *Remembering: A study in experimental and social psychology*. Cambridge University Press.
- Bekleyen, N. (2004). The influence of teachers and peers on foreign language classroom anxiety. *Dil Dergisi*, 123, 49-66. <https://shorturl.at/LhOKM>
- Darti & Asmawati. (2015). *Analyzing Students' Difficulties toward ... 208 ANALYZING STUDENTS' DIFFICULTIES TOWARD LISTENING COMPREHENSION* Darti. 208-222.
- Ekasary, M., Mahmud, M., & Salija, K. (2022). The use of learners' background knowledge to connect to text on reading comprehension. *PINISI Journal of Art, Humanity & Social Studies*, 2(1), 48-53. <https://ojs.unm.ac.id/PJAHSS/article/viewFile/32069/14810>
- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika*, 21(1), 33-54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>
- Fidia Putri, N., & Priyanti, R. (2023). Analisis hubungan penguasaan kosakata Bahasa Inggris dengan kemampuan membaca siswa. *Karimah Tauhid*, 2(5), 1869-1877.
- Gilakjani, A. P., & Sabouri, N. B. (2016). Learners' listening comprehension difficulties in English language learning: A literature review. *English Language Teaching*, 9(6), 123-133. <https://doi.org/10.5539/elt.v9n6p123>
- Główka, D. (2014). The impact of gender on attainment in learning English as a foreign language. *Studies in Second Language Learning and Teaching*, 4(4), 617-635. <https://doi.org/10.14746/ssl.2014.4.4.3>
- Graham, S. (2006). Listening comprehension: The learners' perspective. *System*, 34, 165-182. <http://dx.doi.org/10.1016/j.system.2005.11.001>
- Han, S., Li, Y., & Haider, S. A. (2022). Impact of foreign language classroom anxiety on higher education students academic success: Mediating role of emotional intelligence and moderating influence of classroom environment. *Frontiers in Psychology*, 13, 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.945062>
- Hardini, F., & Dewi, R. C. (2021). Tackling the negative impacts of students' addiction to Google translate. *Jurnal Education and Development Institut Pendidikan Tapanuli Selatan*, 9(4), 415-420. <https://journal.ipts.ac.id/index.php/ED/article/view/3203>
- Horwitz, E. K., Horwitz, M. B., & COPE, J. (1986). Foreign language classroom anxiety. *The Modern Language Journal*, 70(2), 125-132. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4781.1986.tb05256.x>
- Javanbakht, N., & Hadian, M. (2014). The effects of test anxiety on learners' reading test performance. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 98, 775-783. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.03.481>
- Jupri, J. (2021). Penerapan model pembelajaran LRD (Listen, Read and Discuss) untuk meningkatkan keterampilan membaca siswa kelas X IPA 2 SMAN 1 Pringgarata. *EDUCATOR : Jurnal Inovasi Tenaga Pendidik Dan Kependidikan*, 1(2), 149-158. <https://doi.org/10.51878/educator.v1i2.726>
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2022). *Kurikulum untuk pemulihan pembelajaran*. Pusat Kurikulum dan Pembelajaran, Badan Standar, Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. <https://shorturl.at/qruPw>
- Kondo, D. S. (2004). Strategies for coping with language anxiety: The case of students of English in Japan. *ELT*

- Journal*, 58(3), 258–265. <https://doi.org/10.1093/elt/58.3.258>
- Kurniawan, Y., Abdullah, T., Zakaria, K., & Wan Abdullah, W. M. (2012). Mengapa pelajar takut bertanya dalam kuliah?: Sebuah kajian di Universiti Malaysia Kelantan. *Jurnal Personalia Pelajar*, (15), 13-22. http://pkukmweb.ukm.my/jpppp/?page_id=12
- Lenneberg, E.H. (1967). *Biological foundations of language*. Wiley.
- Liu, Y., & Wang, J. (2023). Strategies for reducing EFL learners' foreign language anxiety in online classes: Investigating teachers' teaching credentials and experience. *Heliyon*, 9(7), 2-13. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e17579>.
- Liu, Y.C. (2015). The perception of cultural familiarity and background knowledge on reading comprehension for intermediate EFL students. *International Journal of Language and Literature*, 3(1), 71-75. <http://dx.doi.org.10.1564/ijll.v3n1a9>
- MacIntyre, P. D. (1995). How does anxiety affect second language learning? A reply to Sparks and Ganschow. *Modern Language Journal*, 79(1), 90–99. <https://doi.org/10.2307/329395>
- MacIntyre, P. D., & Gardner, R. C. (1991). Language anxiety: Its relationship to other anxieties and to processing in native and second languages. *Language Learning*, 41(4), 513–534. <https://doi.org/10.1111/j.1467-1770.1991.tb00691.x>
- Masduqi, H. (2016). Integrating receptive skills and productive skills into a reading lesson. *The 2nd International Conference on Teacher Training and Education*, 2(1), 507–511. <https://jurnal.uns.ac.id/ictte/article/view/7476>.
- Maulida, H. (2017). Persepsi mahasiswa terhadap penggunaan google translate sebagai media menerjemahkan materi berbahasa Inggris. *Jurnal SAINTEKOM*, 7(1), 56-66. <https://doi.org/10.33020/saintekom.v7i1.21>
- McGee, R. (2003). *The search for significance: Seeing your true worth through God's eyes*. Thomas Nelson.
- Muchtar, N. (2020). Intensive reading and extensive reading in teaching reading comprehension. *Lingua Pedagogia, Journal of English Teaching Studies*, 1(2), 1–13. <https://doi.org/10.21831/lingped.v1i2.18687>
- Muhlis, A. (2017). Foreign language reading anxiety among Indonesian EFL senior high school students. *English Franca: Academic Journal of English Language and Education*, 1(1), 19-44. <https://doi.org/10.29240/ef.v1i1.160>
- Murray-Harvey, R., T. Slee, P., Lawson, M. J., Silins, H., Banfield, G., & Russell, A. (2000). Under stress: The concerns and coping strategies of teacher education students. *European Journal of Teacher Education*, 23(1), 19–35. <https://doi.org/10.1080/713667267>
- Nirwaty. (2020). J-SHMIC : Journal of English for Academic. *J-SHMIC : Journal of English for Academic*, 7(1), 66–76. <https://journal.uir.ac.id/index.php/jshmic/article/view/3905>
- Nur Hidayah, W. (2021). Konsep solusi terhadap problem keterampilan (skills) berbahasa Inggris di lembaga pendidikan Indonesia. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(10), 1824– 1834. <https://doi.org/10.59141/japendi.v2i10.314>
- Oxford, R. L. (1990). *Language learning strategies: What every teacher should know*. Heinle & Heinle Publishers.
- Pan, J., & Lou, L. (2023). Research on the phenomenon of “Foreign Language Anxiety” based on individual differences of learners. *Creative Education*, 14(09), 1759–1772. <https://doi.org/10.4236/ce.2023.149113>
- Pratiwi, V. U., Astuti, P. I., & Handayani, S. (2015). Kemampuan membaca teks Bahasa Inggris. *Magister Scientiae*, (38), 132–142. http://journal.wima.ac.id/index.php/Magister_Scientiae/article/view/789
- Putera Jaya, H., Petrus, I., & Kurniawan, D. (2021). Listening comprehension performance and problems: a survey on undergraduate students majoring in English. *Indonesian Research Journal in Education (IRJE)*, 5(2), 375–386. <https://doi.org/10.22437/irje.v5i2.14428>
- Putranti, B. . & A. S. (2019). Pentingnya belajar bahasa Inggris untuk anak usia sekolah dasar di lingkungan Rt 37 Rw 13 Kelurahan Giwangan Kecamatan Umbulharjo. *Jurnal Dharma Bakti-LPPM IST AKPRIND Yogyakarta*, 2(2), 177–183. <https://ejournal.akprind.ac.id/index.php/dharma/article/view/2382/1832>
- Putri, A., Rambe, R. N., Nuraini, I., Lilis, Lubis, P. R., & Wirdayani, R. (2023). Upaya peningkatan keterampilan membaca di kelas tinggi. *Jurnal Pendidikan Dan Sastra Inggris*, 3(2), 51-62. <https://doi.org/10.55606/jupensi.v3i2.1984>
- Rashid, M. H., Hui, W., & Islam, J. (2021). Discuss the different types of reading techniques and develop its skills. *Veda's Journal of English Language and Literature (JOELL)*. 2021VEDAPublications, 8(3), 36–40. doi.org/10.33329.joell.8.3.21.36
- Sa'adah, M., Rahmayati, G. T., & Prasetyo, Y. C. (2022). Strategi dalam menjaga keabsahan data pada penelitian kualitatif. *Jurnal Al 'Adad: Jurnal Tadris Matematika*, 1(2), 61–62. <https://e-journal.iainptk.ac.id/index.php/al-adad/article/download/1113>
- Saito, Y., Garza, T. J., & Horwitz, E. K. (1999). Foreign language reading anxiety. *Modern Language Journal*, 83(2), 202–218. <https://doi.org/10.1111/0026-7902.00016>
- Sepyanda, M. (2017). The importance of English subject in elementary school curriculum. *English Language Teaching and Research*, 1(1), 206-217. <https://ejournal.unp.ac.id/index.php/eltar/article/view/8722/6719>
- Skapinakis, P. (2014). *Spielberger state-trait anxiety inventory*. In A. C. Michalos (Ed.), *Encyclopedia of quality of life and well-being research* (pp. 6261–6264). Springer Netherlands. https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5_2825
- Sofialina, A., & Hanifah, N. (2020). Implementasi metode Total Physical Response (TPR) dalam pembelajaran Bahasa

- Inggris anak usia dini Di TK Khalifah Purwokerto. 3(1), 42-83. <https://repository.uinsaizu.ac.id/>
- Sopiah. (2014). *The influence of educational background to their achievement in learning English*. A Comparative Study at the Second and Fifth Semester Students of English Education.
- Supena, S. (2024). Peran Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia Sebagai Alat yang Penting di Era Globalisasi. *Jurnal Pendidikan Guru*, 5(1). <https://doi.org/10.47783/jurpendigu.v5i1.651>
- Susini, M. (2020). Strategi meningkatkan kemampuan berbahasa Inggris. *Linguistic Community Services Journal*, 1(2), 37–48. <https://doi.org/10.55637/licosjournal.1.2.2732.37-48>
- Sutriani, E., & Octaviani, R. (2019). *Analisis data dan pengecekan keabsahan data*. INA-Rxiv Papers, 1–22. <https://doi.org/10.31227/osf.io/3w6qs>
- Syafrizal, S., & Fadilah, N. (2018). Students’ test anxiety in English foreign learners in Indonesian context. *English Education: Journal of English Teaching and Research*, 3(1), 8-34. <https://doi.org/10.29407/jetar.v3i1.11719>
- Tayşi, E. K. (2019). The effect of listening attitude and listening anxiety on listening comprehension: A regression model. *Universal Journal of Educational Research*, 7(2), 356–364. <https://doi.org/10.13189/ujer.2019.070207>
- Toni, A., Susilowati, R., & Sartipa, D. (2020). Students difficulties in listening comprehension at the third semester of English education study program of University Muhammadiyah Kotabumi. *Jurnal Griya Cendikia*, 6(2), 130–154. <https://doi.org/10.47637/griya-cendikia.v6i2.92>
- Utami, L. H., & Nurjati, L. (2017). Hubungan self-efficacy, belief dan motivasi dengan kecemasan mahasiswa dalam pembelajaran Bahasa Inggris. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 219–238. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i2.1447>
- Vogely, A. J. (1998). *Listening comprehension anxiety: students' reported sources and solutions*. Foreign Language Annuals
- Wahyuni, M. E., & Inayati, N. (2022). The Strategies in Learning English Listening Skills Used by The Eighth-Graders. *Journal of Foreign Language Teaching and Learning*, 7(2), 160–177. <https://doi.org/10.18196/ftl.v7i2.14504>
- Young, D.J (Ed.). (1999). *Affect in foreign language and second language learning: A practical guide to creating a low anxiety classroom atmosphere*. Boston, MA: McGraw-Hill.
- Yulita, D., & Saijao, M. F. (2022). Sosialisasi pengenalan dan penanganan masalah kecemasan membaca teks Bahasa Inggris siswa-siswa SMAN 1 Kefamenanu. *Jurnal Pengabdian Sains Dan Humaniora*, 1(1), 10–17. <https://doi.org/10.32938/jpkm.1.1.2022.9-16>
- Zhu, Z. (2021). The relationship between reading anxiety and reading performance: a comparison study of Chinese postgraduates in china and in the UK. *Journal of Higher Education Research*, 2(4), 197–211. <https://doi.org/10.32629/jher.v2i4.38>