

Bidang unggulan: Pendidikan

**LAPORAN PENELITIAN**

**Strategi Menurunkan Tingkat Kecemasan Berbicara Bahasa Arab Siswa Pondok Pesantren**



TIM PENELITI :

**Khulaimata Zalfa, M.Pd.**  
**Siti Masrokhatun Nida**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP  
TAHUN 2021

**HALAMAN PENGESAHAN  
LAPORAN PENELITIAN UNUGHA CILACAP**

Judul Penelitian : Strategi Menurunkan Tingkat Kecemasan Berbicara Bahasa Arab Siswa Pondok Pesantren

Bidang Unggulan : Pendidikan

Ketua Peneliti :

a. Nama Lengkap : Khulaimata Zalfa, M.Pd.

b. NIP/NIDN : 2107088701

c. Pangkat/Golongan : IIIc

d. Jabatan Fungsional : Lektor

e. Jurusan :

f. Alamat Rumah : Jl. Kebon salak no. 44 kesugihan - Cilacap

g.

g. Telp Rumah/HP

h. E-mail : zalfa@unugha.id

Jumlah Anggota Peneliti : 1

Jumlah Mahasiswa : 1

Lama Penelitian : 3 Bulan

Jumlah Biaya : Rp2.000.000

Ketua Program Studi  
Bimbingan dan Konseling



Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I  
NIDN. 0629019101

Cilacap, 17 Desember 2021  
Ketua Peneliti



Khulaimata Zalfa, M.Pd.  
2107088701

Mengetahui,  
Kepala LP2M



(Fahrur Rozi, M.Hum )  
NIK. 951011074

1. Judul Usulan Penelitian : Strategi Menurunkan Tingkat Kecemasan Berbicara Bahasa Arab Siswa Pondok Pesantren

2. Bidang Unggulan : Pendidikan

3. Ketua Peneliti :

a. Nama Lengkap : Khulaimata Zalfa, M.Pd.

b. NIP/NIDN : 2107088701

c. Pangkat/Golongan : IIIc

d. Jabatan Fungsional : Lektor

e. PS/Fakultas : BK/ FKIP

f. Alamat Rumah : Jl. Kebon salak no. 44 kesugihan - Cilacap

g.

g. Telp Rumah/HP :

h. E-mail : zalfa@unugha.id

4. Anggota peneliti

No	Nama	Bidang Keahlian	Alokasi Waktu (Jam/ Minggu)
1	Khulaimata Zalfa, M.Pd.	Bimbingan dan Konseling	10 Jam
2	Siti Masrokhatun Nida		6 Jam
3		-	
4		-	
5		-	

5. Objek penelitian yang diteliti : Strategi Menurunkan Tingkat Kecemasan Berbicara Bahasa Arab Siswa Pondok Pesantren

6. Masa pelaksanaan penelitian : 3 bulan

7. Anggaran yang diusulkan : Rp2.000.000

8. Lokasi penelitian :

9. Hasil yang ditargetkan : Laporan Penelitian

10. Institusi lain yang terlibat :

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Khulaimata Zalfa, M.Pd.

NIDN : 2107088701

Judul Penelitian : Strategi Menurunkan Tingkat Kecemasan Berbicara Bahasa Arab Siswa Pondok Pesantren

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penelitian ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penelitian ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan atas karya orang lain, maka saya bersedia bertanggung jawab sekaligus menerima sanksi.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Ketua Peneliti



Khulaimata Zalfa, M.Pd.

## KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan Puji syukur ke hadirat Allah SWT, atas berkas Rahmat dan KaruniaNya, Kami dapat menyelesaikan kegiatan **Strategi Menurunkan Tingkat Kecemasan Berbicara Bahasa Arab Siswa Pondok Pesantren**. Penelitian ini merupakan perwujudan salah satu Tri Dharma Perguruan tinggi yang dilaksanakan oleh civitas akademika universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.

Penelitian ini dilakukan untuk menambah khazanah keilmuan bimbingan dan konseling. Dalam kesempatan ini, kami mengucapkan terima kasih kepada :

1. Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap yang telah memberikan kemudahan dalam pelaksanaan pengabdian.
2. LP2M Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap yang telah memberikan dukungan dan bimbingan dalam pelaksanaan kegiatan penelitian ini.
3. Seluruh civitas akademika Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap yang telah membantu kelancaran pelaksanaan kegiatan penelitian ini.

Akhir kata semoga kegiatan penelitian ini dapat bermanfaat bagi masyarakat dan khalayak ramai, terutama bagi pendidik dan para konselor.

Cilacap, Juli 2021

Peneliti

## ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan berbicara bahasa arab siswa pondok pesantren serta untuk mengetahui strategi menurunkan tingkat kecemasan berbicara bahasa arab siswa pondok pesantren. Penelitian ini menggunakan penelitian regresi. Dari penelitian di atas dapat disimpulkan sebagai berikut kecemasan berbahasa Arab di Pondok Pesantren tergolong cukup baik dengan prosentase 66,88%. Artinya kualitas lingkungan bahasa di Pondok Pesantren sudah tergolong cukup baik karena sesuai dengan teori yang telah dipaparkan di atas. Kemampuan berbicara Bahasa Arab siswa Pondok Pesantren tergolong cukup baik dengan prosentase 59,2%. Artinya Kemampuan berbicara Bahasa Arab siswa Pondok Pesantren sudah tergolong cukup baik karena sesuai dengan teori yang telah dipaparkan di atas. Terdapat pengaruh yang signifikan antara kecemasan berbahasa arab terhadap kemampuan berbicara bahasa Arab. Dengan nilai T hitung = 3,812 lebih besar dari T tabel = 2,000 dan nilai probabilitas ( $\alpha$ )  $0,000 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya menurunnya tingkat kecemasan berbahasa arab di pondok pesantren.

Kata Kunci : *Kecemasan, Berbahasa Arab*

## DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	1
KATA PENGANTAR.....	6
DAFTAR ISI.....	7
BAB I.....	8
PENDAHULUAN .....	8
BAB II.....	10
STUDI PUSTAKA .....	10
BAB III .....	21
METODOLOGI PENELITIAN.....	21
BAB IV .....	23
HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN .....	23
Hasil Uji Regresi Kecemasan Terhadap Kemampuan Komunikasi Interpersonal ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB V .....	24
KESIMPULAN DAN REKOMENDASI .....	24
DAFTAR PUSTAKA .....	25
LAMPIRAN.....	28

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Berbicara merupakan kegiatan berbahasa yang aktif dari seorang pemakai bahasa yang menuntut prakarsa nyata dalam penggunaan bahasa untuk mengungkapkan diri secara lisan. Dalam pengertian ini berbicara merupakan bagian dari kemampuan bahasa yang aktif produktif. Sebagai bagian dari kemampuan berbahasa yang aktif dan produktif, kemampuan berbicara menuntut penguasaan terhadap beberapa aspek dan kaidah penggunaan bahasa. Secara umum keterampilan berbicara bertujuan agar para pelajar mampu berkomunikasi lisan secara baik dan wajar dengan bahasa yang mereka pelajari, maksudnya menyampaikan pesan kepada orang lain dalam cara yang secara social dapat diterima, sebagaimana dikatakan oleh Subyakto. Namun tentu saja untuk mencapai tahap kepandaian berkomunikasi diperlukan aktivitas-aktivitas latihan yang memadai dan mendukung. Aktivitas-aktivitas seperti itu bukan perkara mudah bagi pembelajaran bahasa, sebab harus tercipta dahulu lingkungan bahasa yang mengarahkan para pelajar kepada pengembangan keterampilan berbicara. Dulay menerangkan, bahwa lingkungan bahasa sangat penting bagi seorang pembelajar untuk dapat berhasil dalam mempelajari bahasa baru (bahasa kedua). Sejalan dengan hal ini Para penganjur pendekatan linguistik kontrastif berpendirian bahwa penguasaan suatu bahasa tidak lain dari pembentukan kebiasaan-kebiasaan. Oleh karena itu untuk dapat menguasai bahasa kedua jalan yang paling tepat adalah dengan latihan yang terus menerus, tanpa henti, sehingga pada suatu saat akan terbentuk kebiasaan-kebiasaan seperti yang telah terjadi ketika mempelajari bahasa pertama. Tokoh-tokoh pendidikan masa lampau berpandangan bahwa factor lingkungan sangat bermakna dan dijadikan sebagai landasan dalam mengembangkan konsep pendidikan dan pengajaran. Seperti J.J. Rousseau dengan teorinya “kembali ke alam” menunjukkan betapa pentingnya pengaruh alam terhadap perkembangan anak didik. Karena itu pendidikan anak harus dilaksanakan di lingkungan alam yang bersih, tenang, suasana menyenangkan, dan segar, sehingga sang anak tumbuh sebagai manusia yang baik. Guna mendukung pembelajaran bahasa khususnya berbahasa Arab aktif, pesantren berusaha menciptakan lingkungan berbahasa Arab dengan langkah memberikan metode Muha>dathah. Peran Lembaga dan para tenaga pengajar juga sangat mendukung berjalannya program kebahasaan sehingga pembelajaran bahasa Arab berjalan dengan baik. Kualitas Lingkungan bahasa Arab yang telah tercipta selain

menjadi sumber dan motivasi belajar juga menjadi aset dan kebanggaan pesantren dalam menunjukkan citra positif dan keunggulan kualitasnya.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah;

1. Bagaimana tingkat kecemasan berbicara bahasa arab siswa pondok pesantren?
2. Bagaimana sttrategi menurunkan tingkat kecemasan berbicara bahasa arab siswa pondok pesantren?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah ;

1. Untuk mengetahui tingkat kecemasan berbicara bahasa arab siswa pondok pesantren
2. Untuk mengetahui strategi menurunkan tingkat kecemasan berbicara bahasa arab siswa pondok pesantren

## **D. Urgensi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan dengan harapan strategi menurunkan tingkat kecemasan siswa pondok pesantren dalam berbicara bahasa arab.

## **BAB II**

### **STUDI PUSTAKA**

#### **A. Kecemasan**

Speaking skill atau keterampilan berbicara dikenal sebagai salah satu keterampilan produktif diantara keterampilan berbahasa yang lain (Öztürk & Gürbüz, 2014) yang berperan sebagai alat komunikasi lisan dan termasuk salah satu keterampilan yang penting dalam pembelajaran bahasa asing (Tercan & Dikilitaş, 2015). Eaton (2010) juga menjelaskan akan pentingnya keterampilan berbicara bahasa asing. Beliau menambahkan bahwa pengajaran dan pembelajaran bahasa di abad ke-21 ini lebih difokuskan pada penggunaan bahasa asing tersebut sebagai alat berinteraksi secara lisan dengan orang lain. Maka dari itu, pelajar bahasa asing perlu dibekali dengan kemampuan berbicara yang baik agar dapat berbicara menggunakan bahasa asing tersebut dengan lancar. Akan tetapi, pada kenyataannya masih ditemukan banyak masalah yang dihadapi oleh pelajar dan pengajar dalam pembelajaran bahasa asing, salah satunya adalah kecemasan yang dirasakan oleh pelajar ketika mereka harus berbicara menggunakan bahasa asing termasuk bahasa Arab. Cagatay (2015) menyatakan bahwa banyak penemuan-penemuan dalam penelitian yang telah lalu yang membuktikan bahwa kecemasan dalam berbicara bahasa asing merupakan salah satu masalah yang sering ditemukan di dalam kelas speaking atau muhadatsah. Horwitz, Horwitz dan Cope (1986) merupakan peneliti yang menemukan masalah kecemasan yang dialami oleh pelajar saat berbicara bahasa asing. Mereka memulai penelitiannya dengan mengundang sekumpulan pelajar yang berada di kelas pemula dengan tujuan untuk menemukan masalah yang dihadapi oleh pelajar ketika belajar bahasa asing, kemudian dilanjutkan berdiskusi tentang strategi yang dapat digunakan untuk belajar bahasa asing dan latihan mengendalikan rasa cemas ketika belajar bahasa asing. Ada diantara pelajar yang menyatakan bahwa mereka merasakan “freezing” ketika diminta untuk berbicara bahasa asing, sedangkan ada pelajar lain yang menyatakan bahwa mereka mengalami beberapa gejala yang menunjukkan kecemasan seperti tegang, gemetar, berkeringat, jantung berdebar-debar dan gangguan tidur. Worde (2003) juga mendapat beberapa pernyataan dari pelajarnya tentang gejala fisik yang menandakan kecemasan yaitu sakit kepala, tangan yang lembab dan jari jemari yang berubah menjadi dingin, dan juga bersembunyi dari guru. Doqaruni (2014) menemukan beberapa dari pelajarnya yang lebih memilih untuk diam dan tidak terlibat secara aktif di kegiatan-kegiatan kelas muhadatsah. Apabila para pelajar terus menerus merasakan

kecemasan saat berbicara bahasa asing, hal tersebut akan berdampak negatif bagi pencapaian akademik mereka (Lileikienė & Danilevičienė, 2016). Selain daripada itu, mereka juga tidak bisa meraih apa yang menjadi tujuan utama dari pembelajaran speaking atau muhadatsah yaitu mempunyai keterampilan berbicara bahasa asing dengan baik. Kecemasan atau biasa disebut dengan istilah anxiety dalam bahasa Inggris didefinisikan sebagai suatu perasaan tegang, ketakutan terhadap sesuatu yang akan terjadi, kegelisahan yang berhubungan dengan sistem saraf (Spielberger dikutip oleh Horwitz et al., 1986). Kecemasan atau anxiety yang berhubungan dengan pembelajaran bahasa kedua atau asing seperti bahasa Inggris dan Arab, biasa disebut dengan second or foreign language anxiety (Hashemi & Abbasi, 2013). Dari beberapa definisi yang diberikan oleh para ahli di atas, kecemasan dalam berbicara bahasa asing ialah suatu perasaan takut atau gelisah yang dirasakan oleh pelajar ketika mereka berbicara menggunakan bahasa asing seperti bahasa Inggris dan Arab. Tanda-tanda kecemasan dapat dilihat dari beberapa hal yaitu pelajar yang lebih memilih diam selama kelas speaking atau muhadatsah, dan juga dari beberapa gejala seperti gemetar, gangguan tidur, jantung berdegup kencang, tangan yang basah atau dingin, sakit kepala.

Kecemasan (anxiety) merupakan bagian dari kondisi hidup (Nelson-Jones, 1995:138), maknanya kecemasan ada pada setiap orang. Menurut Barlow (2002: 38: 39) kecemasan berhubungan dengan konsep diri atau kepribadian, ciri atau sifat ini mengacu pada suatu disposisi untuk bertindak dengan penuh minat dengan beberapa konsistensi dari waktu ke waktu atau ke seberang situasi. Lang, 1969 (dalam Powell dan Engright, 1990: 22-23) mengungkapkan, bahwa kecemasan mungkin diterangkan dalam bentuk pemikiran, seperti “aku takut”, fisik sensasi atau perasaan seperti rasa gugup, berkeringat, tegangan, atau ungkapan perilaku seperti menghindari dari suatu situasi, lari/pergi. Individu yang berbeda pada keadaan kecemasan akan bertukar-tukar dalam kaitan dengan sistem yang dilafalkan. Izard, 1977 (dalam Barlow, 2002: 41-42) mengemukakan pandangannya, bahwa kecemasan adalah sebagai campuran dari suatu jumlah emosi, walaupun ketakutan dominan di dalam campuran itu. Emosi dasar yang paling umum mempertimbangkan untuk berkombinasi dengan ketakutan untuk menyusun kecemasan meliputi keadaan susah/ kepiluan (distress/sadness), kemarahan, malu, rasa bersalah, dan minat/kegembiraan (interest/excitement). Lagi pula, kecemasan, menurut pandangan Izard, bisa diasumsikan suatu campuran berbeda ke seberang situasi dan waktu, misalnya dalam diri seseorang; ketakutan, kesusahan, dan kemarahan adalah campuran yang disebut sebagai “kecemasan” dengan individu.

Dalam kejadian yang lain, rasa bersalah dan malu adalah dikombinasikan dengan ketakutan. Secara alami, gabungan seperti itu membuat sulit untuk menyatakan kecemasan secara tepat. Meskipun demikian, kecemasan dianggap sebagai suatu campuran dari emosi pokok, bawaan, masing-masing yang dimodifikasi dengan pelajaran dan pengalaman. Individu bisa belajar untuk menghubungkan ciri emosi tersendiri seperti ketakutan dengan sejumlah besar teori dan situational faktor, mencakup pembangun dari yang lain yang terkait dengan emosi. Pendekatan eksistensial (Corey, 1996:178) melihat ada dua jenis kecemasan, yaitu kecemasan biasa (normal anxiety) dan kecemasan neurotik (neurotic anxiety). a. Kecemasan biasa (normal anxiety) merupakan tanggapan yang cukup wajar terhadap peristiwa yang sedang dihadapi, kecemasan ini tidak perlu dihilangkan sebab ini sebagai motivasi ke arah perubahan. b. Kecemasan neurotik (neurotic anxiety). adalah kecemasan yang keluar dari proporsi yang ada, ia terjadi di luar kesadaran dan cenderung untuk menjadikan orang tidak memiliki keseimbangan. Sigmund Freud (dalam Corey, 1996: 95) mengemukakan, bahwa kecemasan adalah keadaan tegang yang memaksa untuk berbuat sesuatu. Ada tiga jenis kecemasan, yaitu; kecemasan realita (rality anxiety), kecemasan neurotik (neurotic anxiety), dan kecemasan moral (moral anxiety). a. Kecemasan realita (rality anxiety), adalah rasa takut akan bahaya yang datang dari dunia luar, dan derajat kecemasan semacam itu sesuai dengan tingkat ancaman yang nyata. b. Kecemasan neurotik (neurotic anxiety), adalah rasa takut kalau-kalau insting akan keluar jalur dan menyebabkan seseorang berbuat sesuatu yang akan menyebabkan ia dihukum. c. Kecemasan moral (moral anxiety), adalah rasa takut terhadap hati nuraninya sendiri. Orang dengan hati nuraninya yang cukup berkembang cenderung untuk merasa bersalah apabila mereka berbuat sesuatu yang bertentangan dengan kode moral mereka atau dengan introyeksi ibu bapa mereka. Spielberger (dalam Slameto, 1995:185) membedakan kecemasan atas dua bagian; kecemasan sebagai suatu sifat (trait anxiety), yaitu kecenderungan pada diri seseorang untuk merasa terancam oleh sejumlah kondisi yang sebenarnya tidak berbahaya, dan kecemasan sebagai suatu keadaan (state anxiety), yaitu suatu keadaan atau kondisi emosional sementara pada diri seseorang yang diti dengan perasaan tegang dan kekhawatiran yang dihayati secara sadar serta bersifat subjektif, dan meningginya sistem saraf otonom.

Pengendalian kecemasan adalah upaya dalam mengatasi kecemasan yang mengganggu (neurotic anxiety) atau kecemasan yang tinggi. Pengendalian kecemasan merupakan bagian dari pengendalian diri (self control). Clark (1990), Cormier dan

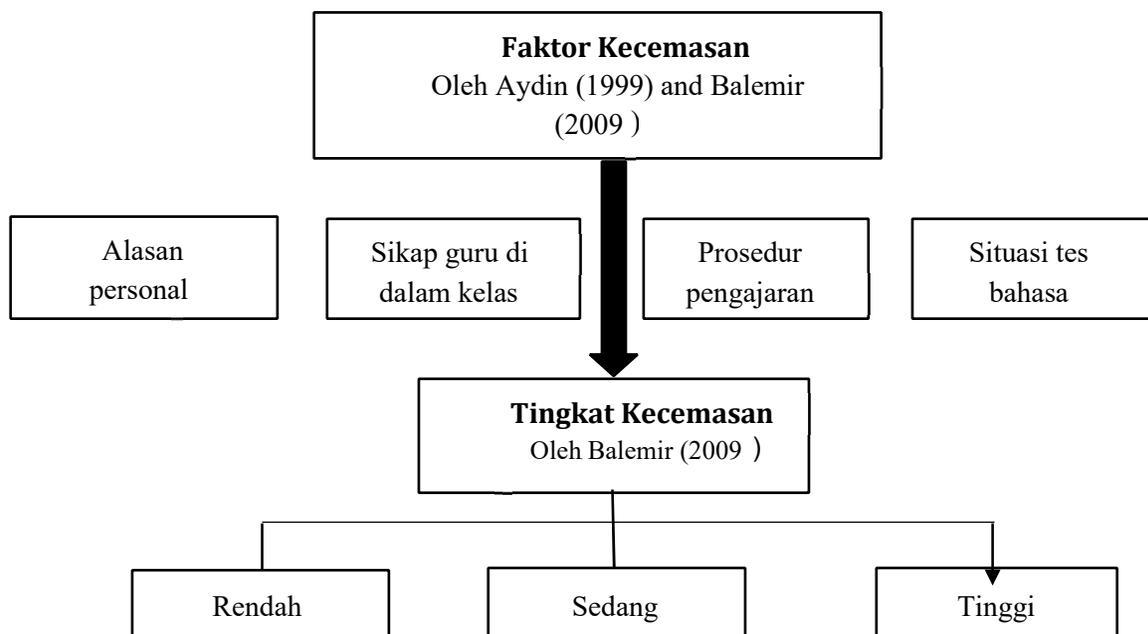
Cormier (1991) menjelaskan, bahwa istilah pengendalian diri sering juga digunakan untuk menyatakan istilah; mengelola diri (self management) yaitu proses dimana seseorang secara langsung mengubah tingkahlakunya dengan sebuah cara atau beberapa cara, mengarahkan diri (self regulation) yaitu menunjukkan tingkah laku mengarahkan diri dalam mengubah tingkah laku, dan menolong diri sendiri (self help) yaitu seseorang dapat membantu dirinya sendiri dalam memecahkan problem tanpa bantuan orang lain atau terapis. Dengan kata lain, pengendalian kecemasan adalah proses dimana seseorang mampu menyadari tentang kecemasan yang ada pada dirinya sendiri, dan mampu mengendalikannya tanpa bantuan orang lain atau kaunselor. Pengendalian ini bukan menekan atau menghilangkan kecemasan sama sekali, tetapi hanya menyadari dan mengendalikannya, sehingga kecemasan yang ada tidak mengganggu tetapi menjadi sumber motivasi untuk berbuat yang lebih baik.

Metode yang sangat dikenal dalam dunia psikologi klinis dan kaunseling untuk mengatasi berbagai gangguan emosional termasuk juga kecemasan adalah relaksasi. Jacobson adalah orang yang dianggap pertama kali mengembangkan prosedur relaksasi (Corey, 1996: 291). Penggunaan relaksasi sebagai alat pengendali kecemasan dan manajemen stress adalah bukan suatu perwujudan baru, banyak Agama Ketimuran tengah menggunakan teknik seperti meditasi dan yoga untuk masa waktu berabad-abad dan kedua-duanya teknik ini bertahan bersamaan dengan lahirnya metode relaksasi klinis modern (Powel dan Enright,1990). Relaksasi adalah salah satu teknik dalam terapi perilaku yang dikembangkan dapat mengurangi ketegangan dan kecemasan. Sebagaimana dikemukakan oleh Powel dan Enright (1990), pelatihan relaksasi adalah suatu ketrampilan, mempelajari suatu respons, yang mana klien dapat menggunakan untuk menyerang pengalaman stress dan rasa cemas. Dengan raktek seseorang dapat menjadi pi mengenali dan memadamkan tegangan di dalam diri untuk diri mereka tanpa menggunakan obat. Walker (1981) juga mengemukakan, bahwa teknik ini dapat digunakan oleh pasien tanpa bantuan terapis dan mereka dapat menggunakannya untuk mengurangi ketegangan dan kecemasan yang dialami sehari-hari dirumah. Diterangkan oleh Utami (1991), bahwa dalam sistem saraf manusia terdapat sistem saraf pusat dan sistem saraf otonom. Sistem saraf pusat berfungsi mengendalikan gerakangerakan yang dikehendaki, misalnya gerakan tangan, kaki, leher, dan jari-jari. Sistem saraf otonom berfungsi mengendalikan gerakan-gerakan yang otomatis, misalnya fungsi digestif, proses kardiovaskuler dan gairah seksual. Sistem saraf otonom ini terdiri dari dua subsistem yaitu sistem saraf simpatetis dan sistem saraf parasimpatetis yang kerjanya

saling berlawanan. Jika sistem saraf simpatetis meningkatkan rangsangan atau memacu organ-organ tubuh, memacu meningkatnya denyut jantung dan pernafasan, serta menimbulkan penyempitan pembuluh darah tepi (peripheral) dan pembesaran pembuluh darah pusat, maka sebaliknya sistem saraf parasimpatetis menstimulasi turunya semua fungsi yang dinaikkan oleh sistem saraf simpatetis dan menaikkan semua fungsi yang diturunkan oleh sistem saraf simpatetis. Pada saat individu mengalami ketegangan dan kecemasan yang bekerja adalah sistem saraf simpatetis, sedangkan saat rileks yang bekerja adalah sistem saraf parasimpatetis. Jadi relaksasi dapat menekan rasa tegang dan cemas dengan cara resiprok, sehingga timbul counter conditioning dan penghilangan. Powell dan Enright (1990) menjelaskan, bahwa relaksasi seperti umumnya ketrampilan, memerlukan banyak waktu dan praktek untuk belajar. Kalau perlu dan penting dapat dilakukan dalam suatu bulan dengan tigapuluh menit praktek setia sehari. Relaksasi akan menjadi responsi yang baik dan menjadi kebiasaan apabila dipraktekkan setiap hari selama 20 atau 25 menit (Corey, 1996: 291). Waktu yang terbaik untuk praktek relaksasi adalah manakala sedang merasakan paling di bawah tekanan (stress) tetapi ini sering tidak menyenangkan. Jangan hanya berpegang kepada satu waktu sahaja pada hari-hari latihan, tetapi usahakan untuk bertukar-tukar waktunya. Senang melaksanakan latihan relaksasi dengan berbaring tetapi akan lebih menyenangkan jika diawali duduk di suatu kursi malas yang empok: posisi duduk sesuaikan dengan postur badan, mengambil sikap sepanjang hari manakala tekanan berkembang. (Yakinkanlah tidak akan ada gangguan). Duduklah di kamar yang tenang dan hangat dan padamkan semua cahaya terang. Tutuplah mata untuk melaksanakan latihan itu. Ini akan mengurangi kekacauan dan membantu berkonsentrasi atas perasaan. Sebelum latihan benar-benar dimulai, untuk beberapa menit, tutuplah mata dan bernafaslah melalui hidung. Ambil napas pelan-pelan dan dalam dan berusaha untuk meniup dari perut, angkat dada supaya udara keluar lebih banyak. Usahakan jangan tegang. Dengan praktek bentuk pernapasan ini nanti akan datang secara alami. Katakan kata ‘tenang’ dalam pikiran setiap kali mengeluarkan nafas. Dengan melakukan ini otot akan secara berangsur-angsur mulai relax dan perasaan tenang dan gelisah berkembang secara alami. Manakala sudah menyelesaikan semua latihan kembali ke kata “‘tenang’”, katakanlah itu di dalam pikiran setiap kali bernafas.

## **B. Jenis-Jenis Kecemasan**

Jenis-jenis Kecemasan Sieber (1977) menjelaskan bahwa terdapat 3 dimensi tentang jenis-jenis kecemasan, salah satu dimensinya adalah *facilitating* dan *debilitating* dimension. *Facilitating* dimension adalah kondisi di mana timbulnya rasa antusiasme atau semangat pada saat menghadapi hal atau keadaan yang menantang. Maksudnya adalah ketika menghadapi rasa cemas, ada pelajar yang lebih merasa terdorong untuk mengalahkan rasa cemas tersebut. Oxford (1999) mendefinisikan kecemasan jenis ini sebagai kecemasan yang membantu. Namun sebagian peneliti bahasa beranggapan lain, *facilitating* dimension hanya membantu di tugas-tugas ringan saja (Horwitz dikutip oleh Oxford, 1999). Sedangkan sebaliknya, *debilitating* dimension dari kecemasan merupakan kebalikan dari dimensi yang telah dijelaskan sebelumnya. Beberapa penelitian yang telah lampau menunjukkan adanya hubungan negatif antara kecemasan dengan performa pelajar. Hubungan negatif ini adalah dampak dari *debilitating* dimension dari kecemasan (Oxford, 1999). Pada 1960, Albert dan Haber (dikutip oleh Sieber, 1977) membuat angket berbahasa Inggris yang berisi aitem tentang *facilitating* dan *debilitating* dimension. Contoh aitem dari *facilitating* dimension adalah “Before a test, I become excited and alert and this helps me to organize what I know”. Sedangkan item yang berhubungan dengan *debilitating* dimension adalah “When I am about to take a test, I get upset and forget a lot of things I have studied”. Faktor-faktor yang Menyebabkan Kecemasan Berdasarkan hasil dari penelitian-penelitian sebelumnya, terdapat banyak faktor yang berpotensi menyebabkan kecemasan berbicara di kalangan pelajar bahasa asing. Aydin (1999) melakukan penelitian pada kalangan pelajar bahasa Inggris dan menemukan tiga faktor utama penyebab kecemasan dalam berbicara, yaitu alasan personal, sikap guru di kelas serta prosedur pengajaran. Di penelitian lain tentang kecemasan, Balemir (2009) menemukan satu faktor lain yang berpotensi menyebabkan kecemasan di kalangan pelajar, yaitu situasi tes. Berikut adalah kerangka teori dari penelitian ini:



Faktor pertama yang menyebabkan kecemasan dalam berbicara bahasa asing adalah alasan personal. Alasan personal ini berhubungan erat dengan pendapat negatif pelajar tentang kemampuan mereka sendiri, membandingkan kemampuannya dengan pelajar lain di kelas, tingginya ekspektasi mereka dan kepercayaan yang tidak masuk akal tentang pembelajaran bahasa asing (Aydin, 1999). Faktor selanjutnya adalah sikap guru di dalam kelas yaitu bagaimana guru menempatkan dirinya di dalam kelas selama proses belajar mengajar, dan juga bagaimana guru mengoreksi kesalahan pelajar dan sikap guru terhadap muridnya yang bisa menambah kecemasan mereka (Aydin, 1999; Worde, 2003). Young (1999) juga menambahkan bahwa pengajar bahasa asing atau bahasa kedua mempunyai pengaruh yang besar terhadap atmosfer atau situasi pembelajaran di kelas yang berdampak pada pelajar di dalam kelas, baik positif maupun negatif. Faktor ketiga adalah prosedur pengajaran. Hal ini berhubungan dengan segala aktivitas di dalam kelas, baik itu kegiatan belajar individu, berpasangan maupun diskusi atau tugas kelompok. Faktor terakhir yaitu situasi tes. Peneliti lain menemukan bahwa situasi tes ini termasuk salah satu faktor yang dapat menyebabkan pelajar merasa cemas. Mereka merasa takut menghadapi tes oral dan juga takut mendapat skor yang rendah. Pelajar bahasa asing yang merasakan kecemasan ketika berbicara bahasa asing memiliki tingkat kecemasan yang berbeda-beda, sebagian ada yang merasakan kecemasan tingkat rendah, sedang dan tinggi. Sebagian peneliti menemukan terdapat perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan antara pelajar laki-laki dan pelajar perempuan, namun ada juga yang menemukan tidak adanya perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan antara kedua jenis pelajar tersebut (Balemir, 2009; Nur

Afiqah, 2015; Cagatay, 2015).

### C. Berbicara

Kaum behavioris memandang bahwa bahasa adalah kebiasaan yang mudah dicontrol dan dikuasai. Bahasa menjadi bagian dari tingkah laku manusia yang dibentuk dan dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya. Dalam hal ini, unsur-unsur yang paling asasi di lingkungan adalah kedua orang tuanya, para pendidik atau guru, saudara-saudaranya, temantemannya. Lingkungan ini bisa pula berbentuk lingkungan pendidikan, seperti lingkungan seorang siswa asing yang belajar bahasa sasaran. Sedemikian pentingnya kualitas lingkungan pembelajaran itu, sehingga Nabi Muhammad saw. mengilustrasikan bahwa lingkungan keluarga itu dapat merubah keyakinan dan agama seorang anak yang dibesarkan dalam keluarga. Sabda Nabi saw.: “ Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah. Kedua orang tuanyalah (lingkungan keluarga) yang kemudian menjadikan anak itu beragama Yahudi, Nashrani, atau Majusi.....”(HR Muslim) Krashen membagi lingkungan pembelajaran bahasa menjadi dua, lingkungan formal dan informal. Lingkungan formal, mencakup berbagai aspek pendidikan formal dan non formal, dan sebagian besar berada di dalam kelas atau laboratorium. Apakah lingkungan formal ini memberikan masukan kepada pembelajar berupa sistem bahasa (pengetahuan unsur-unsur bahasa) atau wacana bahasa (keterampilan berbahasa), tergantung kepada tipe pembelajaran atau metode yang digunakan oleh pengajar. Namun terdapat kecenderungan bahwa lingkungan formal memberikan lebih banyak sistem bahasa dari pada wacana bahasa. Lingkungan informal memberikan pajanan komunikasi yang alamiah, dan sebagian besar berada di luar kelas. Oleh karena itu lingkungan informal ini memberikan lebih banyak wacana bahasa dari pada sistem bahasa.

Sejalan dengan hal ini Ellis menyebutkan adanya dua tipe pembelajaran bahasa yaitu: pertama. tipe naturalistic, bersifat alamiah, tanpa guru, dan tanpa kesengajaan. Pembelajaran berlangsung di dalam lingkungan kehidupan masyarakat. Kedua. tipe formal, berlangsung di dalam kelas dengan guru, materi, dan alat bantu belajar yang sudah dipersiapkan. Kemampuan Berbicara/ speaking skill adalah kemampuan untuk mengungkapkan bunyi-bunyi artikulasi atau kata-kata untuk mengekspresikan pikiran berupa ide, pendapat, keinginan, atau perasaan kepada mitra bicara. Penekanan yang harus diberikan ketika melaksanakan pengajaran bahasa melalui kegiatan berbicara adalah efektivitas. Keefektifan dalam berbicara terlihat jelas dalam kecekatan dan

kecepatan mengutarakan buah pikiran dan perasaan, serta ketepatan dalam memilih kosakata dan kalimat yang sangat menarik. Salah satu cara latihan yang dianggap efektif untuk dapat mencapai kemampuan berbahasa lisan dari hal yang paling sederhana hingga hal-hal yang rumit adalah berlatih menggunakan pola kalimat. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara lingkungan bahasa dengan kemampuan berbahasa kedua. Krasen menyimpulkan bahwa lingkungan bahasa formal dan informal mempengaruhi kemampuan berbahasa asing dengan cara yang berbeda. Lingkungan informal memberikan masukan bagi perolehan, sedangkan lingkungan formal menyediakan masukan bagi monitor. Teori monitor yang dikemukakan oleh Krasen ini bisa menjelaskan beberapa fenomena belajar bahasa asing. Uraian di muka menunjukkan betapa pentingnya factor lingkungan bahasa dalam menanamkan kemampuan berbahasa, karena lingkungan bahasa merupakan wahana pemerolehan bahasa bagi siswa.

Keterampilan berbicara merupakan salah satu jenis kemampuan berbahasa yang ingin dicapai dalam pengajaran bahasa Arab. Berbicara merupakan sarana untuk membina saling pengertian, komunikasi timbal balik, dengan menggunakan bahasa sebagai media. Kegiatan berbicara ini sebenarnya merupakan kegiatan yang menarik dalam kelas. Akan tetapi sebaliknya kegiatan berbicara tidak menarik, tidak merangsang situasi, suasana menjadi kaku dan akhirnya macet. Namun demikian semuanya ini tergantung pada pengajar. Apabila pengajar dapat merangsang situasi pembelajaran menjadi hidup, dan dapat memilih teknik yang sesuai dengan tingkatan kemampuan siswa serta memiliki kreativitas dalam mengembangkan strategi pembelajaran tentu pemasalahn ini dapat diatasi dengan baik. Faktor lain yang penting dalam menghidupkan kegiatan berbicara adalah keberanian murid dan perasaan tidak takut salah. Oleh karena itu pengajar dituntut mampu memberikan dorongan kepada siswa agar berani berbicara kendatipun dengan resiko salah. Kepada siswa hendaknya ditekankan bahwa takut salah adalah kesalahan besar. Secara umum tujuan latihan berbicara bahasa Arab untuk tingkat pemula, tingkat menengah, dan tingkat lanjutan adalah agar siswa mampu berkomunikasi lisan secara baik dan benar dengan orang lain. Dalam memulia latihan berbicara, terlebih dahulu didasari oleh kemampuan mendengarkan, kemampuan penguasaan kosa kata dan keberanian mengungkapkan apa yang ada dalam pikirannya. Keterampilan berbicara pada hakikatnya merupakan keterampilan memproduksi arus sistem bunyi artikulasi yang bertujuan untuk menyampaikan kehendak, kebutuhan perasaan dan keinginan pada orang lain.

Pengertian keterampilan berbicara merupakan suatu keterampilan menyampaikan pesan secara lisan kepada orang lain. Penggunaan bahasa secara lisan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang secara praktis bisa disimak pelafalan, intonasi, pilihan kata, struktur kata dan kalimat, sistematika pembicaraan, isi pembicaraan, cara memulai dan mengakhiri pembicaraan serta penampilan. Tujuan dari pembelajaran keterampilan berbicara: pertama, kemudahan berbicara, peserta didik harus dapat kesempatan yang besar untuk berlatih berbicara sampai mereka mampu mengembangkan keterampilan berbicara secara lancar, dan menyenangkan baik di dalam kelompok kecil maupun di hadapan pendengar umum. Para peserta didik perlu mengembangkan kepercayaan yang tumbuh melalui latihan. Kedua, kejelasan, dalam hal ini peserta didik berbicara dengan tepat dan jelas baik artikulasi maupun diksi kalimat-kalimatnya. Gagasan yang diucapkan harus tersusun dengan baik. Agar kejelasan dalam berbicara tersebut bisa tercapai dengan baik. Ketiga, bertanggung jawab, latihan berbicara yang bagus menekankan pembicaraan untuk bertanggung jawab agar berbicara secara tepat, dan dipikirkan dengan sungguh-sungguh mengenai topik yang akan dijadikan pembicaraan, tujuan pembicaraan, siapa yang diajak berbicara, dan bagaimana situasi pembicaraan serta momentumnya pada saat itu. Keempat, membentuk pendengaran yang kritis, latihan berbicara yang baik sekaligus mengembangkan keterampilan menyimak secara tepat dan kritis juga menjadi tujuan utama program pembelajaran ini. Disini peserta perlu belajar untuk dapat mengevaluasi kata-kata yang telah diucapkan. Kelima, membentuk kebiasaan, kebiasaan berbicara bahasa Arab tidak dapat dicapai tanpa ada niat yang sungguh-sungguh dari peserta didik. Kebiasaan ini diwujudkan melalui interaksi dua orang atau lebih yang telah disepakati sebelumnya. Tidak harus dalam komunitas besar. Dalam menciptakan kebiasaan berbahasa Arab ini dibutuhkan komitmen, komitmen ini bisa dari diri sendiri berkembang menjadi kesepakatan dengan orang lain untuk berbahasa Arab secara terus menerus.

#### **D. Strategi Pembelajaran Kalam (Berbicara)**

Strategi yang dapat digunakan dalam pembelajaran keterampilan berbicara antara lain adalah: pertama, strategi langsung, strategi bertujuan untuk melatih siswa menceritakan apa yang dilihat dalam bahasa Arab baik lisan maupun tulisan. Media yang digunakan dapat berupa gambar baik yang diproyeksi maupun yang tidak diproyeksikan. Kedua, strategi jigsaw, strategi ini biasanya digunakan dengan tujuan untuk memahami isi sebuah bacaan secara utuh dengan cara membagi-baginya menjadi

beberapa bagian kecil. Masing-masing siswa memiliki tugas untuk memahami sebagian isi bacaan tersebut kemudian digabungkan menjadi satu. Dengan cara demikian isi bacaan yang panjang dapat dipahami secara tepat. Ketiga, strategi group kecil, dalam strategi ini kelas dibagi menjadi beberapa kelompok kecil. Masing-masing kelompok akan melakukan tugas yang diberikan pengajar. Kemudian hasilnya dipersentasikan di depan kelas. Sehingga masing-masing siswa akan merasakan pengalaman belajar bersama. Keempat, strategi melihat gambar, penggunaan strategi ini di antaranya ditujukan untuk melatih kemampuan siswa dalam memahami isi sebuah bacaan kemudian mampu memvisualisasikannya dalam bentuk gambar. Dari gambar tersebut diharapkan semua siswa dapat menghafal isi bacaan secara lebih mudah dan ingatan siswa terhadap isi bacaan tersebut dapat bertahan lebih lama. Ada beberapa aspek yang perlu diperhatikan oleh pengajar dalam pembelajaran keterampilan berbicara antara lain: 1. Dalam melatih percakapan pengajar harus memberi contoh terlebih dahulu dengan intonasi dan ekspresi yang benar-benar menggambarkan pengertian secara tepat. 2. Dalam percakapan bebas hendaknya pengajar memberikan perhatian khusus kepada siswa yang pemalu, berikan dorongan kepada siswa untuk tampil berbicara. 3. Dalam mengikuti percakapan atau pembicaraan siswa, sebaiknya pengajar bersabar untuk tidak terburu-buru memberikan pembetulan setiap kali siswa berbuat kesalahan. 4. Susunan kelas hendaknya dirubah sedemikian rupa sehingga memungkinkan partisipasi seluruh anggota kelas dalam kegiatan pembelajaran. 5. Azas pembelajaran keefektifan berbicara mencakup unsur-unsur kebahasaan dan non kebahasaan yang secara rinci dicantumkan dalam penilaian.

### BAB III

#### METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, data dinyatakan dengan angka dan dianalisis dengan teknik statistik. Adapun Populasi dalam penelitian ini yaitu berjumlah 237 siswa. Sedangkan sampel dalam penelitian ini berjumlah 50 siswa dengan mengambil 20% dari keseluruhan jumlah populasi yang ada. Suharsimi Arikunto menyatakan bahwa batas ukuran kecil besarnya sampel adalah tiga puluh. Tiga puluh atau kurang dikatakan sampel kecil, sedangkan tiga puluh atau lebih dikatakan sampel besar. Dan jika anggota subjek dalam populasi berkisar 100 sampai 150 orang dan dalam pengumpulan datanya menggunakan angket, maka seluruh subjek tersebut dapat diambil sebagai sampel seluruhnya. Sedangkan jika subjek dalam populasi terdiri lebih dari 150, maka sampel yang digunakan sekitar 25% - 30% nya saja. Adapun susunan instrument penelitian dari variabel dan jabarannya yang menjadikan berbagai indikator adalah sebagai berikut:

Variabel	Sub variabel		Indikator
Lingkungan Bahasa	Segala hal yang di dengar dan dilihat oleh pembelajar terkait dengan bahasa kedua yang dipelajari.	-	Lingkungan yang telah disetting sebagai sumber belajar siswa.
		-	Lingkungan yang mendorong anak untuk selalu berbahasa Arab.
		-	Sarana dan situasi yang mendukung siswa untuk berbahasa Arab Aktif.
		-	Lingkungan yang memberikan pengaruh yang bersifat mendidik bagi siswa.
		-	Lingkungan yang kondusif bagi pengembangan pembelajaran bahasa Arab.
Kemampuan berbicara	Siswa berbicara banyak	-	Siswa berbicara banyak dengan menggunakan bahasa Arab
	Partisipasi aktif dari siswa	-	Siswa bertanya kepada guru dengan berbahasa Arab
		-	Siswa menjawab pertanyaan yang diajukan guru dengan berbahasa Arab

		-	Siswa menanggapi materi yang diajarkan dengan berbahasa Arab
	Memiliki motivasi tinggi	-	Siswa disiplin dalam pembelajaran bahasa Arab
		-	Siswa mematuhi apa yang diperintahkan guru
	Bahasa yang dipakai adalah bahasa yang diterima	-	Siswa menggunakan kosakata yang diberikan dalam berbicara
		-	Siswa berinteraksi dengan guru atau siswa dengan bahasa Arab

Dari berbagai indikator di atas dijadikan sebagai bahan dasar pertanyaan pada angket yang diberikan kepada responden. Angket yang dijadikan sebagai pengumpulan data menggunakan skala likert. Skala likert ini dijadikan sebagai pengukur terhadap variabel yang dijabarkan dalam indikator variabel tersebut kemudian dijadikan sebagai bahan pertanyaan dalam angket. Jawaban setiap item instrument yang menggunakan skala likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negative. Skala likert yang digunakan dalam angket ini berbentuk pilihan ganda yang memiliki skor yang telah ditentukan juga oleh peneliti. Dalam instrument penelitian ini, digunakan angket Favorable dan Unfavoreble untuk mengukur pertanyaan, dengan nilai adalah sebagai berikut:

Tabel 2  
Pedoman nilai

Jawaban	Favoreble	Unfavoreble
Selalu	4	1
Sering	3	2
Kadang-kadang	2	3
Tidak pernah	1	4

## BAB IV

### HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini Dulay menerangkan, bahwa lingkungan bahasa sangat penting bagi seorang pembelajar untuk dapat berhasil dalam mempelajari bahasa baru (bahasa kedua). Sejalan dengan hal ini Para penganjur pendekatan linguistik kontrastif berpendirian bahwa penguasaan suatu bahasa tidak lain dari pembentukan kebiasaan-kebiasaan. Oleh karena itu untuk dapat menguasai bahasa kedua jalan yang paling tepat adalah dengan latihan yang terus menerus, tanpa henti, sehingga pada suatu saat akan terbentuk kebiasaan-kebiasaan seperti yang telah terjadi ketika mempelajari bahasa pertama. Tokoh-tokoh pendidikan masa lampau berpandangan bahwa factor lingkungan sangat bermakna dan dijadikan sebagai landasan dalam mengembangkan konsep pendidikan dan pengajaran. Misalnya J.J. Rousseau dengan teorinya “kembali ke alam” menunjukkan betapa pentingnya pengaruh alam terhadap perkembangan anak didik. Karena itu pendidikan anak harus dilaksanakan di lingkungan alam yang bersih, tenang, suasana menyenangkan, dan segar, sehingga sang anak tumbuh sebagai manusia yang baik. Teori diatas sejalan dengan hasil penelitian dengan uji parsial yaitu terdapat pengaruh yang signifikan antara lingkungan bahasa terhadap kemampuan berbicara. Dengan nilai T hitung = 3,812 menunjukkan T hitung > T tabel yaitu 2,000 dengan demikian karena T hitung = 3,812 lebih besar dari T tabel = 2,000 dan nilai probabilitas ( $\alpha$ )  $0,000 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dalam hal ini bahwa pengaruh kualitas lingkungan bahasa memiliki tingkat yang cukup baik dengan prosentase 66,88%. Hal ini berarti teori yang telah diangkat dalam penelitian ini sesuai dan berlaku di lapangan. Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang berarti atau signifikan dalam penelitian ini.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

#### **5.1 Kesimpulan**

Dari penelitian di atas dapat disimpulkan sebagai berikut kecemasan berbahasa Arab di Pondok Pesantren tergolong cukup baik dengan prosentase 66,88%. Artinya kualitas lingkungan bahasa di Pondok Pesantren sudah tergolong cukup baik karena sesuai dengan teori yang telah dipaparkan di atas. Kemampuan berbicara Bahasa Arab siswa Pondok Pesantren tergolong cukup baik dengan prosentase 59,2%. Artinya Kemampuan berbicara Bahasa Arab siswa Pondok Pesantren sudah tergolong cukup baik karena sesuai dengan teori yang telah dipaparkan di atas. Terdapat pengaruh yang signifikan antara kecemasan berbahasa arab terhadap kemampuan berbicara bahasa Arab. Dengan nilai T hitung = 3,812 lebih besar dari T tabel = 2,000 dan nilai probabilitas ( $\alpha$ )  $0,000 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya menurunnya tingkat kecemasan berbahasa arab di pondok pesantren.

#### **5.2 Rekomendasi**

Berdasarkan penelitian ini, harapannya sekolah dapat memahami dan mengkondisikan kecemasan siswa terhadap kemampuan berbahasa arab siswa di pondok pesantren.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Aziz bin Ibrahim el-Ushaili. Psikolinguistik Pembelajaran Bahasa Arab. Bandung: Humaniora, 2009
- Abdul Chaer dan Leoni Agustina, Sociolinguistik Perkenalan Awal. Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004.
- Abdul Chaer, Psikososiolinguistik Kajian Teoritik. Jakarta: PT Rineka Cipta, 2009
- Abdul Wahab Rosyidi. Media Pembelajaran Bahasa Arab. Malang: UIN Maliki Press, 2009.
- Acep Hermawan, Metodologi Pembelajaran Bahasa Arab. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2011.
- Ahmad Fuad Efendy, Metodologi Pengajaran Bahasa Arab. Malang: Misykat, 2005.
- Ahmad Izzan. Metodologi Pembelajaran Bahasa Arab. Bandung: Humaniora. 2011.
- Alsowat, Hamad H. Foreign language anxiety in higher education: A practical framework for reducing FLA. *European Scientific Journal*, Vol. 12 (7), 193-220, 2016.
- Aydin, B. A Study of Sources of Foreign Language Classroom Anxiety in Speaking and Writing Classes. Unpublished doctoral thesis, Anadolu University, Eskişehir., 1999.
- Balemir, Serkan Hasan. The Sources of Foreign Language Speaking Anxiety and the Relationship Between Proficiency Levels and Degree of Foreign Language Speaking Anxiety. Unpublished master dissertation, Bilkent University, Ankara, 2009.
- Cagatay, Sibel. Examining EFL students' foreign language speaking anxiety: The case at a turkish state university. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 199, 648-656, 2015.
- Chua, Y.P. Mastering Research Methods. Malaysia: McGraw-Hill Education, 2013.
- Cohen, Louis., Manion, Lawrence., & Morrison, Keith. *Research Methods in Education*. New York: Routledge, 2007.
- Doqaruni, Vahid Rahmani. A quantitative action research on promoting confidence in a foreign language classroom: Implications for second language teachers. i.e.: *inquiry in education*: Vol. 5: Iss. 1, Article 3, 2014.
- Eaton, S.E. *Global Trends in Language Learning in the Twenty-first Century*. Calgary: Onate Press, 2010. Elaldı, Şenel. Foreign language anxiety of students studying English Language and Literature: A sample from turkey. *Educational Research and Reviews*, 11 (6), 219228, 2016.
- Hashemi, Masoud & Abbasi, Moghtada. The role of teacher in alleviating anxiety in language oral. *International Research Journal of Applied and Basic Sciences*, 4 (3), 2013.
- Horwitz, Elaine K., Horwitz, Michael B., & Cope, Joann. Foreign language classroom anxiety. *The Modern Language Journal*, Vol 70 (2), 125-132, 1986.

- Lay Yoon Fah., & Khoo Chwee Hoon. Introduction to Statistical Analysis in Social Sciences Research (Series 1). Malaysia: Venton Publishing, 2009.
- Lileikienė, Asta., & Danilevičienė, Lina. Foreign language anxiety in student learning. *Baltic Journal of Sport & Health Sciences*, Vol. 101 (3), 18-23, 2016.
- Muhbib Abdul Wahab, *Epistemologi dan Metodologi Pembelajaran Bahasa Arab*. Jakarta: UIN Jakarta. 2008.
- Nur Afifah Ab Latif. A study on English language anxiety among adult learners in university teknologi Malaysia. *Procedia-Social & Behavioral Sciences* 208, 223233, 2015.
- Oemar Hamalik, *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2005.
- Oxford, Rebecca L. Anxiety and the language learner: New insight. In Jane Arnold, *Affect in Language Learning* (pp. 58-67). United Kingdom: Cambridge University Press, 1999.
- Öztürk, Gökhan., & Gürbüz, Nurdan. Speaking anxiety among turkish efl learners: The case at a state university. *Journal of Language and Linguistic Studies*, 10 (1), 1-17, 2014.
- Phillips, Elaine M. Decreasing language anxiety: Practical techniques for oral activities. In Young, D.J (Eds.), *Affect in foreign language and second language learning: a practical guide to creating a low-anxiety classroom atmosphere* (pp. 124-143). USA: The McGraw-Hill Companies, 1999.
- Sieber, Joan E. Development of the concept of anxiety. In Sieber, Joan E., O'Neil, Harold., & Tobias, Sigmund. *Anxiety, learning, and instruction* (11-22). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc, Publisher, 1977.
- Sieber, Joan E. How shall anxiety be defined. In Sieber, Joan E., O'Neil, Harold., & Tobias, Sigmund. *Anxiety, learning, and instruction* (22-40). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc, Publisher, 1977.
- Springer, Ken. *Educational Research: A Contextual Approach*. USA: John Wiley & Sons Inc, 2010.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2008.
- Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta. 2009.
- Sumintono, Bambang., & Widhiarso, Wahyu. *Aplikasi Pemodelan Rasch Pada Assessment Pendidikan*. Cimahi: Trim Komunikata, 2015.
- Tercan, Gülşah., & Dikilitaş, Kenan. EFL students' speaking anxiety: A case from tertiary level students. *ELT Research Journal*, 4 (1), 16-27, 2015.
- Worde, Renee von. Students' perspectives on foreign language anxiety. *Inquiry*, Volume 8 (1), 1-15, 2003.

Wright, B., & Stone, M. *Measurement Essentials* (2nd ed.). Delaware: Wide Range, 1999.

Young, D.J. *Affect in foreign language and second language learning: A practical guide to creating a low-anxiety classroom atmosphere*. In Young, D.J (Eds.), *Affect in foreign language and second language learning: a practical guide to creating a low-anxiety classroom atmosphere* (pp. 124-143). USA: The McGraw-Hill Companies, 1999.

## LAMPIRAN

### Anggaran Penelitian

No	Kegiatan	Biaya/ Sat (Rp)	Jumlah Biaya (Rp)
1.	Honorarium		
	Ahli materi	700.000	700.000
	Transport	50.000	50.000
	Penyiapan materi	50.000	50.000
2.	Bahan dan Perawatan Penelitian		
	ATK	100.000	100.000
	Kertas	50.000	50.000
	Paket data	50.000	50.000
	Snack	200.000	100.000
3.	Biaya Perjalanan		
	Survey pendahuluan	300.000	200.000
	Analisis data	200.000	200.000
4.	Lain-lain		
	Submit jurnal sinta 4	1.000.000	500.000
<b>JUMLAH</b>			<b>2.000.000</b>
<b>Terbilang : Dua Juta Rupiah</b>			