

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemasan menjadi satu di antara banyaknya respon emosional natural yang sering terjadi pada manusia. Disaat tubuh membutuhkan perlindungan, perasaan ini membantu seseorang untuk lebih waspada. Namun, respons afektif ini bisa berubah menjadi gangguan jika yang individu bersangkutan merasa cemas berlebihan sehingga berdampak panjang dan memengaruhi kehidupannya sehari-hari.

Tidak ada hal pasti yang menyebabkan timbulnya gejala kecemasan, tetapi emosi tersebut dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti misalnya perasaan gelisah, takut, stress, hingga frustrasi terhadap sesuatu yang tidak pasti dan hasilnya belum tentu terjadi. Pernyataan tersebut merujuk pada apa yang dikatakan oleh Abelhauser (2014), « *l'anxiété comme un trouble, n'ayant pas d'objet et pas de véritable fonction, qui envahit le sujet et don't celui-ci essaye de se défendre de toutes sortes de façons, y compris bien sûr par le recours pharmacologique.* ». Kecemasan sebagai gangguan, dapat muncul kapan saja tanpa memiliki penyebab atau tujuan yang jelas. Oleh sebab itu, ketika dilanda kecemasan, penderita berusaha melindungi dirinya atau berusaha mengatasi gejala tersebut dengan berbagai cara, umumnya dengan mengonsumsi obat- obatan penenang. Cara tersebut umumnya diterapkan oleh orang-orang yang mengalami gangguan ini. Namun, perlu diperhatikan bahwa penggunaan obat-obatan bisa mengakibatkan efek samping yang berbahaya jika dikonsumsi

berlebihan dalam jangka waktu yang panjang.

Selanjutnya, Soucisse dan Heins (2021) berpendapat bahwa « *il est difficile d'obtenir une définition claire et concise de cette problématique prise dans son ensemble* » banyaknya aspek yang saling berkaitan membuat permasalahan ini menjadi kompleks sehingga sulit mendapatkan pengertian yang jelas dan tepat untuk memahaminya secara keseluruhan.

Berdasarkan dua pengertian yang dijelaskan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kecemasan adalah tanggapan emosional individu guna melindungi diri dari ancaman dan bahaya. Jika berlebihan, reaksi ini berubah menjadi gangguan kompleks yang sulit didefinisikan. Selain itu, kecemasan dapat di alami oleh siapapun, tanpa mengenal waktu dan tempat, juga tanpa adanya penyebab dan tujuan yang jelas. Ketika seseorang menderita kecemasan ekstrem, umumnya ia mengalami gejala mental seperti stress, depresi, hingga frustrasi. Oleh karena itu, individu yang mengalami situasi ini berupaya untuk menghilangkan dengan berbagai cara, termasuk mengkonsumsi obat-obatan.

Kecemasan dapat dialami seseorang dalam menjalani kehidupan di berbagai konteks, termasuk konteks pendidikan. Adapun jenis kecemasan yang muncul sangat beragam, salah satunya yakni kecemasan berbahasa. Aslim-Yetiş dan Çapan (2013) menyatakan « *l'anxiété langagière pouvait entraver l'apprentissage des langues* » bahwa kecemasan berbahasa dapat menghambat proses pembelajaran. Ketika peserta didik merasakan cemas berlebih, hal ini dapat memicu kurangnya percaya diri, harga

diri menurun, juga tidak berani mengambil resiko atas keputusan yang diambil. Saat belajar, mereka cenderung pasif, tidak berpartisipasi aktif dalam berinteraksi, baik antar teman, guru, ataupun tenaga pendidik lainnya.

Selain itu, gangguan ini sering mengidap pembelajar bahasa asing. Sebagaimana MacIntyre, P. D. dan McGillivray, M. F. (2023) menjelaskan, “*There is no question that language learning can be an anxiety-provoking experience for many learners.*”. Kalimat tersebut mengungkapkan bahwa mempelajari sebuah bahasa dapat menyebabkan kecemasan bagi sejumlah pembelajar. Hal ini mengacu pada kenyataan yang terjadi selama proses pembelajaran bahasa, terutama bahasa asing, dimana pembelajar merasa tertantang dan stres yang dipicu banyak hal, misalnya takut menyebutkan kata-kata yang salah, merasa tidak kompeten, susah menangkap materi, pengajar yang intimidatif, dan sebagainya. Seiring berjalannya waktu, keadaan ini dapat membawa dampak negatif bagi peserta didik, mulai dari hilangnya rasa percaya diri, penurunan motivasi belajar, hingga hilangnya kemampuan seseorang untuk memahami dan mengingat materi yang diajarkan.

Kemudian, Young (1994) menjabarkan efek kecemasan berbahasa dengan penjelasan di bawah ini :

“... (1) *language anxiety negatively affects SL performance (learners grades, oral proficiency, standard test scores, self-ratings of proficiency, etc.); (2) language anxiety can also negatively impact language learning (input and processing of the SL); and (3) high levels of anxiety in the acquisition of*

language may stem from difficulties in native language skills.”

Young menyebutkan dampak dari kecemasan bahasa secara negatif memengaruhi kinerja bahasa kedua (disingkat *SL/second language*) berupa nilai pembelajar, kemahiran berbicara, nilai tes standar, penilaian diri terhadap keterampilan. Hal ini berdampak pada pembelajaran bahasa, meliputi penerimaan dan pemrosesan bahasa kedua. Selain itu, tingkat kecemasan yang tinggi dalam pemerolehan bahasa mungkin berasal dari kesulitan dalam menguasai keterampilan bahasa ibu.

Selain yang telah disebutkan, kecemasan berbahasa juga membawa tantangan emosional dan kognitif peserta didik yang menghambat perkembangan, mengurangi keaktifan di dalam kelas, dan memengaruhi nilai akademik. Seperti yang terjadi di Indonesia, gangguan kecemasan merupakan masalah yang paling lazim terjadi, khususnya di kalangan remaja. Berdasarkan survey yang dilakukan oleh Wahyu dkk. (2022) dibawah naungan National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS), 1 dari 3 remaja di Indonesia tergolong paling banyak mengalami satu masalah kesehatan mental, yakni gangguan kecemasan. Dilihat dari persentase yang dipaparkan, masih banyak remaja yang mengabaikan masalah ini dengan rincian sebagai berikut : 1) 2.0% remaja pernah menggunakan layanan konsultasi, 2) 66.5% remaja pernah menggunakan sebanyak satu kali, 3) 38.2% remaja hanya berkonsultasi dengan guru. Artinya, upaya-upaya untuk mengatasi gangguan kecemasan pada remaja perlu diutamakan, seperti misalnya pemberian edukasi dan pelatihan kesehatan mental.

Tidak hanya di Indonesia, fenomena ini juga terjadi di Prancis. Dilansir melalui halaman Le Figaro, artikel yang berjudul “40% des Français disent manquer de confiance à l’oral en langue étrangère” ditulis oleh Vinçotte tahun 2024. Artikel tersebut memaparkan hasil angket yang menunjukkan bahwa sebanyak 23% dari 1.033 orang Prancis merasa percaya diri dalam berbicara bahasa asing. Kecemasan seringkali muncul akibat ketidakpercayaan diri dalam kemampuan berbahasa, dalam hal ini adalah kemampuan berbicara.

Fenomena-fenomena yang telah dijabarkan memicu adanya pelaksanaan penelitian yang berfokus pada kecemasan berbahasa. Dalam dunia pendidikan, masalah ini dapat menurunkan daya belajar peserta didik bila tidak diatasi secara tanggap. Tidak hanya itu, guru sebagai pendidik juga akan kesulitan untuk mengajar peserta didik yang memiliki kecemasan tingkat tinggi sehingga proses pembelajaran tidak efektif. Selanjutnya, peserta didik yang mengalami gangguan kecemasan akan menutup diri sehingga guru akan kesulitan mengenal dan mengevaluasi peserta didik. Maka dari itu, perlu adanya urgensi untuk melaksanakan penelitian berfokus pada kecemasan berbahasa. Dengan melakukan penelitian ini, pendidik dapat mengetahui adanya kecemasan berbahasa dilihat dari faktor-faktornya, sehingga mampu mengambil strategi yang tepat untuk mencegah hal tersebut, khususnya pada saat pembelajaran bahasa asing, contohnya bahasa Prancis.

Bahasa Prancis sebagai Bahasa asing telah berkembang di Indonesia sejak era kolonial, awal kemerdekaan, hingga saat ini, sudah menjadi mata pelajaran pokok, baik di sekolah menengah atas (SMA), maupun di perguruan tinggi. Hal tersebut

dilatarbelakangi oleh pembelajaran abad 21 yang menuntut peserta didik, tidak hanya berkomunikasi lintas budaya, tetapi juga memungkinkan peserta didik untuk memiliki keterampilan 4C (*Creativity, Collaboration, Critical Thinking, and Communication*), yakni berpikir kritis, kreatif, kolaborasi, serta komunikasi.

Namun, keterampilan yang disebutkan masih menjadi tantangan utama bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa Prancis (PBP), Fakultas Bahasa dan Seni (FBS), Universitas Negeri Jakarta (UNJ). Sebagai pembelajar bahasa asing, mereka berasal dari berbagai latar belakang tetapi memiliki tekad yang sama untuk menguasai empat keterampilan berbahasa, antara lain keterampilan membaca, berbicara, menulis, dan menyimak. Saat proses pembelajaran, mahasiswa acapkali merasa cemas di berbagai situasi, contohnya saat berkomunikasi, ujian, ataupun dalam situasi tertentu saat pembelajaran bahasa. Mereka merasa tidak percaya dengan diri sendiri ketika berhadapan dengan orang lain sehingga respons yang diberikan terkadang mengarah ke energi yang negatif, seperti misalnya berbicara dengan ragu, menutup diri, menghindari kontak mata, bahkan kehilangan konsentrasi. Selain itu, mahasiswa yang merasa cemas seringkali merasa khawatir membuat kesalahan atau tidak dipahami oleh orang lain. Rasa takut terhadap evaluasi negatif dari teman sebaya maupun pengajar juga menumbuhkan kepasifan dalam pembelajaran di kelas. Tidak hanya itu, kecemasan dalam menghadapi ujian juga menambah beban psikologis mahasiswa, dimana adanya tekanan dalam dirinya untuk menunjukkan hasil terbaik dalam ujian tersebut.

Hal tersebut dapat dilihat pada beberapa mata kuliah yang diampu, khususnya

Maîtrise de Langue I (MDL). Mata kuliah ini berisikan empat keterampilan bahasa menjadi satu yang bertujuan untuk meningkatkan penguasaan empat keterampilan berbahasa para mahasiswa. Adapun mahasiswa yang tergabung pada mata kuliah ini harus memenuhi indikator keberhasilan, mencakup pada penguasaan kosakata, pemahaman tata bahasa, serta berkomunikasi secara tertata. Selain itu, terdapat aktivitas yang beragam guna meningkatkan kemampuan berbahasa, contohnya diskusi, presentasi, menulis, dan sebagainya.

Kecemasan sering muncul pada keterampilan berbicara dan menulis dibandingkan membaca dan mendengarkan. Hal tersebut dikarenakan mahasiswa harus berbicara di depan orang lain. Selain itu, keterampilan tersebut membutuhkan respon spontan tanpa waktu berpikir yang banyak sehingga dapat menimbulkan tekanan untuk merespons secara cepat dan tepat.

Berdasarkan apa yang telah dijelaskan, dapat dilihat bahwasanya mata kuliah MDL memiliki peran penting dalam pengembangan keterampilan berbahasa. Namun, mahasiswa seringkali mengalami kecemasan yang dapat menghambat perkembangan kreativitas dalam menyampaikan ide, keterampilan berpikir, serta keterampilan literasi digital. Maka dari itu, perlu adanya strategi, baik dari pengajar maupun mahasiswa, untuk menangani tantangan yang terjadi pada proses pembelajaran.

Untuk lebih memahami tantangan serta strategi yang dihadapi, terdapat studi tentang kecemasan berbicara yang baru-baru ini dilakukan oleh Purandina (2022) berjudul "*Kecemasan Berbahasa Asing Anak Sekolah Dasar dalam Pembelajaran Bahasa Inggris*" yang menelusuri bagaimana kecemasan berbahasa dapat terjadi serta

faktor apa saja yang menyebabkan hal tersebut muncul. Setelah dikaji lebih dalam, ditemukan penyebab-penyebabnya antara lain kurangnya alokasi waktu untuk mendapatkan pembelajaran bahasa Inggris, guru lebih banyak memberikan teori ketimbang praktik, peserta didik jarang menggunakan Bahasa Inggris dalam kesehariannya. Selain itu, terdapat faktor khusus yang menimbulkan kecemasan bahasa, yakni kurang percaya diri dalam menggunakan Bahasa Inggris, terlalu peduli dengan penilaian negatif orang lain, dan takut dibanding-bandingkan oleh teman sebaya.

Adapun penelitian juga pernah dilakukan oleh Oktaviani, dkk. (2013) berjudul *“An Analysis of Students’ English Language Anxiety at SMAN 7 Padang”* yang bertujuan untuk menggali elemen-elemen dan bersumber darimana saja kecemasan berbahasa peserta didik dalam belajar Bahasa Inggris. Dalam penelusurannya, Oktaviani menggunakan metode kuesioner dan wawancara. Hasil studi menunjukkan bahwa elemen yang paling berpengaruh adalah ketakutan akan penilaian negatif orang lain, kecemasan dalam berkomunikasi, terhadap ujian, dan yang paling akhir adalah saat pembelajaran Bahasa Inggris berlangsung di kelas. Adapun sumber kecemasan tersebut datang dari individu itu sendiri, persepsi diri, guru, dan kegiatan berkomunikasi lainnya, misalnya berbicara dan ujian Bahasa Inggris.

Selanjutnya, Astriyanti, Syahadati, dan Hafis (2023) juga telah mengeksplorasi topik berjudul *“Investigasi Tingkat Kecemasan Mahasiswa terhadap Empat Keterampilan dalam Bahasa Inggris”* yang menitikberatkan pada tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa semester dua Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris IKIP

PGRI Pontianak pada setiap mata kuliah yang memiliki hubungan dengan keterampilan dasar Bahasa tersebut. Penelitian deskriptif tersebut mengindikasikan tingkat kecemasan yang dirasakan berada pada predikat sedang di empat keterampilan.

Namun, keterampilan yang menyanggah tingkat kecemasan paling tinggi yakni keterampilan berbicara, kemudian diikuti menyimak, menulis, dan terakhir membaca.

Tidak hanya di Indonesia, Soucisse dan Heins (2021) di Prancis juga mengkaji topik serupa dengan judul "*L'anxiété de performance à l'enfance et l'adolescence*" yang memfokuskan pada kecemasan kinerja pada anak-anak dan remaja pada bidang pendidikan, kesehatan, dan olahraga. Adapun hasil yang ditemukan adalah adanya manifestasi, faktor-faktor pribadi, serta interpersonal yang berkontribusi.

Terakhir, penelitian terkini dilakukan oleh Magnan, dkk. (2022) mengangkat judul "*« Est-ce que je suis assez bonne pour être ici ? » anxiété langagière et discrimination linguistique en context scolaire québécois »*". Dilatarbelakangi oleh pengalaman pribadi mahasiswa Universitas Quebec yang orang tua nya lahir di Amerika Latin. Adanya aksen bahasa yang berbeda membuat mereka merasakan kecemasan berbahasa dan diskriminasi bahasa. Studi ini menyimpulkan bahwa dibutuhkan sebuah tindakan untuk mendorong inklusi mahasiswa dari latar belakang tersebut, seperti menghargai perbedaan, menciptakan lingkungan yang selaras, dan mendukung keragaman sehingga tidak ada lagi gap antara satu sama lain.

Berdasarkan artikel-artikel yang telah diuraikan, maka terdapat relevansi dengan penelitian yang berfokus pada kecemasan berbahasa, seperti yang dibahas oleh

Purandina (2022), Oktaviani, dkk (2013), Astriyanti, Syahadati, dan Hafis (2023), Soucisse dan Heins (2021), dan Magnan, dkk. (2022). Namun, penelitian tentang kecemasan berbahasa mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa Prancis (PBP), Fakultas Bahasa dan Seni (FBS), Universitas Negeri Jakarta (UNJ) perlu diteliti agar adanya pemahaman mengenai fenomena kecemasan berbahasa.

Kebaruan penelitian ini terletak pada kombinasi metode wawancara dan observasi dengan metode studi kasus. Selain itu, metode sekunder yang digunakan yakni *Foreign Language Class Anxiety Scale* (FLCAS) yang bertujuan untuk memilih partisipan berdasarkan tingkat kecemasan.

Dengan adanya gambaran tentang topik terkait, khususnya pada mahasiswa tingkat tiga, yang secara umum berada pada tahap pembelajaran yang kompleks dan menuntut penguasaan keterampilan pembelajaran abad 21. Tentunya hal tersebut dapat berkontribusi bagi mahasiswa dan pengajar untuk menambah wawasan dan mengembangkan metode dan strategi pembelajaran yang tepat guna mengurangi kecemasan berbahasa.

B. Fokus

Penelitian ini memfokuskan pada kecemasan berbahasa mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa Prancis (PBP), Fakultas Bahasa dan Seni (FBS), Universitas Negeri Jakarta (UNJ).

C. Perumusan Masalah

Setelah dipaparkan latar belakang pada BAB I, diputuskan rumusan masalah berikut. Kecemasan berbahasa apa saja yang dialami mahasiswa tingkat tiga Program Studi Pendidikan Bahasa Prancis (PBP), Fakultas Bahasa dan Seni (FBS), Universitas Negeri Jakarta (UNJ) ?

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ditinjau dari dua segi, yakni segi teoritis dan segi praktis. Adapun manfaatnya sebagai berikut.

1) Manfaat Teoretis

Ditinjau secara teoretis, penelitian ini memiliki manfaat untuk mendeskripsikan secara mendalam tentang salah satu permasalahan pada pembelajaran bahasa asing, yakni kecemasan berbahasa. Selain itu, kecemasan berbahasa dapat dideskripsikan dalam literatur agar dapat dijadikan sumber referensi terbaru bagi penelitian tindak lanjut yang akan melakukan kajian di bidang pendidikan secara lebih mendalam, khususnya kajian mengenai kecemasan berbahasa.

2) Manfaat Praktis

Adapun secara praktis, manfaat penelitian yakni berkontribusi memberikan wawasan mengenai kecemasan berbahasa. Selain itu, penelitian ini dapat dijadikan sumber rujukan untuk mahasiswa yang melakukan

penelitian serupa, bisa mengenai kecemasan berbahasa, faktor-faktor kecemasan berbahasa, serta pembelajaran bahasa asing. Hasil akhir penelitian dapat dimanfaatkan sebagai masukan untuk pengembangan materi pedagogi sehingga dapat memberikan dampak positif bagi pengajar dalam meningkatkan pengetahuan mengenai kecemasan berbahasa. Penelitian ini juga dapat menambah ilmu pengetahuan baru bagi pembaca dalam memahami faktor-faktor kecemasan berbahasa sehingga dapat mempersiapkan strategi untuk mencegah hal tersebut terjadi.

Selain itu, bagi sekolah yang mencakup peserta didik, guru, dan tenaga pendidik dapat mengatur metode pembelajaran yang tepat untuk mencegah adanya kecemasan berbahasa dalam pembelajaran bahasa dan sastra Prancis maupun kehidupan sehari-hari agar terciptanya suasana yang harmonis.