



Analisis Kecemasan Berbahasa Asing Mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa Jepang UNNES dalam Ujian Berbicara pada Mata Kuliah Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan

Ega Dwi Kusfitasari¹, Silvia Nurhayati²

^{1,2}Universitas Negeri Semarang, Indonesia

E-mail: egakusfitasari@students.unnes.ac.id, silvinur@mail.unnes.ac.id

Article Info	Abstract
Article History Received: 2025-07-07 Revised: 2025-08-18 Published: 2025-09-11 Keywords: <i>Foreign Language Anxiety;</i> <i>Speaking Exam;</i> <i>Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan;</i> <i>Japanese Language Learners;</i> <i>Test Anxiety.</i>	Japanese Language is one of the most populer foreign language in the world, which is has so many learners. For example is Indonesia country, being the number two of the most Japanese language learners based on The Japan Foundation (2021). Among the Japanese language skill to be learned are listening and speaking, which are taught as one of the course in the Japanese Language Education Study Department at UNNES, one of them being the Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan course. However, results show that most students experience moderate to high anxiety, dominantly related to fear of negative evaluation. The most significant contributing factors are internal, such as low self-confidence and comparison with peers. These findings are expected to serve as a reference for developing learning strategies that may help reduce the anxiety experienced among students.
Artikel Info	Abstrak
Sejarah Artikel Diterima: 2025-07-07 Direvisi: 2025-08-18 Dipublikasi: 2025-09-11 Kata kunci: <i>Foreign Language Anxiety;</i> <i>Ujian Berbicara;</i> <i>Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan;</i> <i>Mahasiswa Bahasa Jepang;</i> <i>Kecemasan Ujian.</i>	Bahasa Jepang merupakan bahasa asing yang banyak diminati di dunia, salah satunya Indonesia yang menempati posisi kedua terbanyak dalam jumlah pembelajarannya menurut The Japan Foundation (2021). Keterampilan bahasa Jepang yang penting untuk dipelajari antara lain, keterampilan menyimak dan berbicara, menjadi mata kuliah berjenjang yang wajib dipelajari di Program Studi Pendidikan Bahasa Jepang UNNES, salah satunya mata kuliah Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan. Namun, hasil menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami kecemasan dalam kategori “agak cemas” hingga “cemas”, dengan jenis kecemasan dominan berupa kecemasan terhadap evaluasi negatif. Faktor penyebab paling signifikan berasal dari aspek internal, seperti rendahnya rasa percaya diri dan kekhawatiran akan performa saat dibandingkan dengan rekan sekelas. Temuan ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk mengembangkan strategi pembelajaran yang dapat mendukung pengurangan kecemasan yang dialami mahasiswa.

I. PENDAHULUAN

Bahasa Jepang adalah salah satu bahasa asing yang sampai saat ini memiliki banyak peminat di berbagai negara. Hal tersebut ditandai dengan adanya fenomena bertemakan kultur Jepang, yang telah dilakukan banyak orang di dunia. Contohnya seperti terdapat penggemar *manga* (komik jepang), *anime* (animasi jepang), maupun budaya jepang lainnya. Sehingga hal ini menjadikan bahasa Jepang banyak dikenal di mata dunia.

Berdasarkan hasil survei Lembaga Pendidikan Bahasa Jepang di Luar Negeri tahun 2021, Indonesia menjadi salah satu dari negara dengan peminat bahasa Jepang terbanyak di dunia (The Japan Foundation, 2021). Indonesia masih menempati posisi ke-2 dengan pertambahan peminat Bahasa Jepang sebesar 0.3%. Diketahui dalam survei tersebut berdasarkan jumlah pengguna Bahasa Jepang di dunia, yaitu mulai dari institusi, guru dan pelajar dengan perbandingan jumlah diantaranya institusi

sebanyak 18.272, guru sebanyak 77.323 orang, dan pelajar sebanyak 3.851.774 orang. Sehingga dapat disimpulkan pengguna dan peminat Bahasa Jepang terbanyak di dunia adalah berasal dari kalangan pelajar.

Sementara itu untuk merealisasikan minat tersebut, pembelajar harus memiliki kemampuan dalam berbahasa Jepang yang baik dengan mempelajari empat jenis keterampilan yang dipelajari di dalam pembelajaran bahasa Jepang. Dalam proses pembelajaran bahasa Jepang terdapat keterampilan yang menjadi peranan krusial bagi pembelajar bahasa Jepang (Fatwa, 2024). Empat keterampilan ini dibagi menjadi dua aspek meliputi, aspek aktif (*Sanshutsuteki*) yaitu berbicara (*hanasu*) dan menulis (*kaku*); aspek pasif (*Juyooteki*) yaitu menyimak (*kiku*) dan membaca (*yomu*). Keterampilan menulis (*kaku ryoku*) yaitu keterampilan bahasa Jepang yang mempelajari penulisan dan tata bahasa disebut juga dengan *Bunpou*. Keterampilan *kiku ryoku* yaitu keterampilan mendengarkan bahasa

Jepang yang biasa disebut *Chokai*. Keterampilan *hanasu ryoku* yaitu keterampilan berbicara yang disebut juga dengan *Kaiwa*. Keterampilan *yomu ryoku* yaitu keterampilan berbicara yang disebut juga dengan *Dokkai*.

Mempelajari keterampilan menyimak merupakan upaya yang tepat untuk meningkatkan keterampilan bahasa lainnya, terutama keterampilan berbicara (Safira et al., 2024). Dalam penelitiannya, keterampilan berbicara dipengaruhi oleh keterampilan menyimak pembelajar yang ditandai dengan adanya nilai korelasi yang signifikan. Safira et al., (2024) juga menyatakan bahwa semakin baik pembelajar mengasah keterampilan menyimak, maka semakin baik keterampilan bicara yang dihasilkan.

Pada Program Studi Pendidikan Bahasa Jepang Universitas Negeri Semarang (UNNES), mata kuliah menyimak dan berbicara (*Chokai-Kaiwa*) telah diterapkan sebagai salah satu mata kuliah yang wajib dipelajari untuk meningkatkan keterampilan menyimak dan berbicara pembelajar. Mata kuliah menyimak dan berbicara (*Chokai-Kaiwa*) adalah mata kuliah berjenjang, yang wajib dipelajari dari semester 1 hingga semester 5 dengan bobot masing-masing sebanyak 2 sks. Beberapa jenjang tersebut adalah *Chokai-Kaiwa Shokyu Zenhan* yang dipelajari di semester 1, *Chokai-Kaiwa Shokyu Kohan* yang dipelajari di semester 2, *Chokai-Kaiwa Chukyu Zenhan* yang dipelajari di semester 3, *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan* yang dipelajari di semester 4, dan *Chokai-Kaiwa Chujokyu* yang dipelajari di semester 5.

Mata kuliah *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan* yang dipelajari pada semester 4, merupakan pembelajaran tingkat menengah yang mempelajari menyimak dan berbicara dalam bahasa Jepang. Menurut Rencana Pembelajaran Semester (RPS) *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan* pada Program Studi Pendidikan Bahasa Jepang UNNES yang diterbitkan pada tanggal 15 Januari 2024, tingkat *Chukyu Kohan* adalah pembelajaran bahasa Jepang yang menghadirkan implementasi percakapan sehari-hari setara dengan tingkat menengah bahasa Jepang (level N3). Sehingga dalam kegiatannya baik pembelajaran hingga ke tahap ujiannya, pembelajar diharapkan untuk lancar berbahasa Jepang percakapan sehari-hari dan dituntut agar terus aktif berbicara.

Pada kenyataannya beberapa pembelajar juga mengalami kecemasan saat berbicara di depan kelas. Kecemasan ketika mencakup berbagai emosi seperti ketidaknyamanan, ketakutan, dan kegugupan yang dapat muncul selama proses

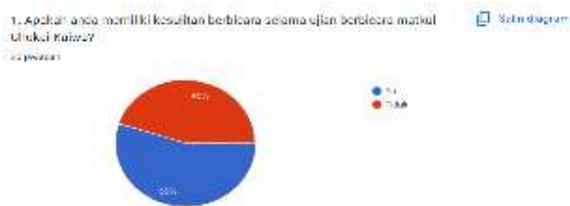
pembelajaran bahasa disebut dengan kecemasan berbahasa asing (Foreign Language Anxiety) (Kianinezhad, 2024). Kecemasan ini juga memberikan pengaruh yang besar terhadap pembelajar, terutama pada keseluruhan kemampuan berbahasa mereka. Sejumlah peneliti telah meneliti hubungan antara kecemasan berbahasa asing dan keberhasilan akademik pembelajar, dan disimpulkan bahwa kecemasan di kelas bahasa asing memberikan dampak negatif terhadap kinerja belajar pembelajar bahasa asing (Han et al., 2022). Menurut (Azizpour & Gholami, 2022), kecemasan telah dikaitkan dengan bahasa kedua/ bahasa asing dalam beberapa penelitian sebagai kecemasan berbahasa asing yang dianggap sebagai faktor negatif yang mempengaruhi keterampilan bahasa asing/ kedua.

Kecemasan ini menjadi salah satu faktor emosional yang memberikan pengaruh pada saat belajar bahasa asing terutama saat berbicara, sehingga dapat menjadi penghalang pada pembelajar bahasa asing (Fauzi et al., 2022). Faktor emosional ini dapat berupa ketakutan akan reaksi negatif yang akan diperoleh oleh lawan bicara. Pembicara bahasa asing akan merasa menderita saat mereka dilihat secara negatif di mata lawan bicaranya (Miyondri, 2023). Reaksi negatif dapat berupa komentar, ekspresi wajah atau gestur negatif yang diberikan oleh lawan bicaranya.

Selain itu, Horwitz dalam (Armita Permatasari, 2023) menyatakan bahwa kecemasan berbahasa asing berkaitan dengan evaluasi kinerja dalam konteks akademik dan sosial. Terdapat tiga jenis kecemasan bahasa asing yang saling berhubungan, yaitu: 1) kecemasan komunikasi, 2) kecemasan menghadapi ujian, dan 3) ketakutan terhadap evaluasi negatif. Berbeda dengan kegiatan belajar-mengajar *kaiwa* di kelas yang tujuannya untuk mengasah keterampilan berbicara, pelajar mendapatkan kesempatan untuk memperbaiki kesalahan yang dilakukannya pada kegiatan tersebut. Pada saat mengerjakan ujian yang digunakan sebagai bentuk penilaian, rasa cemas pembelajar akan meningkat. Kecemasan ujian muncul dan menghambat keterampilan dan kemampuan pembelajar dalam berbahasa asing, saat performanya dinilai (Hidayat et al., 2022). Hal ini disebabkan oleh rasa takut akan tidak bisa mengulang dan bagaimana baik-buruknya hasil yang akan diperolehnya nanti.

Dalam studi penelitian yang dilakukan peneliti pada mahasiswa UNNES Program Studi Pendidikan Bahasa Jepang Angkatan 2023, dalam

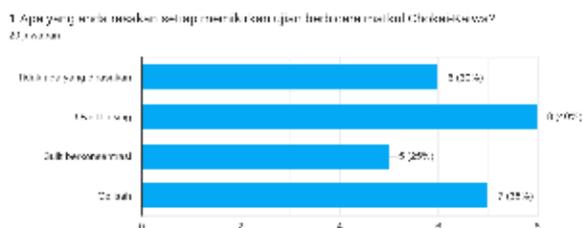
ujian berbicara pembelajaran *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan* menunjukkan bahwa mahasiswa masih mengalami kecemasan dalam berbahasa asing. Hasil penyebaran instrumen angket kepada 20 mahasiswa yang terdiri dari pernyataan tentang gejala kecemasan berbicara bahasa asing, faktor penyebab kecemasan berbahasa asing, dan bagaimana ekspektasi mahasiswa terhadap hasil ujian berbahasa asing, menunjukkan bahwa sebesar 55% dari mereka mengalami gejala kecemasan ujian yaitu kesulitan berbicara. Hal ini sesuai dengan pernyataan Horwitz dalam (Almotiary, 2022), bahwa pembelajar juga dapat mengalami kecemasan berbicara ketika menghadapi ujian berbicara.



Gambar 1. Kecemasan pada Ujian Mata Kuliah Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan

Sumber: Angket Studi Pendahuluan - Kecemasan Dalam Ujian Berbicara mata kuliah Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan Mahasiswa Prodi. Bahasa Jepang UNNES Angkatan 2023

Mahasiswa yang mengalami kecemasan ujian berbicara mungkin merasakan gejala fisik (sakit kepala, berkeringat, detak jantung cepat, dan sebagainya), gejala emosional (stres, ketakutan, kekecewaan, perasaan tidak berdaya, dan sebagainya), serta gejala kognitif (pikiran negatif, kesulitan berkonsentrasi, dan sebagainya) (Alamri & Nazir, 2022). Beberapa gejala kecemasan ujian tersebut muncul selama proses ujian berbicara, yaitu meliputi ketakutan membuat kesalahan, gelisah, *overthinking*, *mental blocks*, dan kesulitan berkonsentrasi.



Gambar 2. Gejala kognitif Kecemasan pada Ujian Mata Kuliah Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan

Sumber: Angket Studi Pendahuluan - Kecemasan Dalam Ujian Berbicara mata kuliah Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan Mahasiswa Prodi. Bahasa Jepang UNNES Angkatan 2023

Begitupula kecemasan berbahasa asing juga dapat mempengaruhi performa akademik, menjadikan adanya ketidaksesuaian antara usaha dengan hasil yang diharapkan. Berdasarkan hasil angket pada ekspektasi mahasiswa terhadap hasil ujian berbicara *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan* dengan mayoritas mahasiswa melakukan persiapan sebelum ujian, 15% dari mahasiswa tersebut tidak selalu sesuai dengan hasil yang diinginkan. Menurut Aida dalam (Chen, 2023), Kecemasan merupakan kejadian umum yang terjadi pada kalangan pelajar EFL (English as a Foreign Language) yang mana mempengaruhi prestasi akademik mereka.

Berdasarkan pemaparan masalah tersebut dapat diketahui adanya kecemasan berbahasa asing pada mahasiswa Angkatan 2023 Pendidikan Bahasa Jepang, UNNES pada ujian berbicara mata kuliah *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan*. Oleh karena kecemasan berbicara bahasa asing dapat mempengaruhi performa mahasiswa dan hasil dalam pembelajaran bahasa Jepang, penelitian ini bertujuan agar dapat mengeksplorasi lebih dalam tentang kecemasan ujian berbicara, penyebab kecemasan, dan tingkat kecemasan berbahasa asing. Sehingga mendapatkan solusi untuk mengurangi kecemasan saat ujian berbicara. Dengan didukungnya latar belakang penulis sebagai seorang pelajar bahasa asing di Program Studi Pendidikan Bahasa Jepang saat ini, penulis tertarik untuk melakukan penelitian ini lebih mendalam lagi.

II. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif deskriptif. Menurut Creswell dalam (Hidayat et al., 2022) metode penelitian kuantitatif adalah metode yang digunakan ketika suatu penelitian cenderung menghasilkan data numerik atau statistik, dan instrumen penelitian yang digunakan adalah pertanyaan tertutup. Metode ini digunakan untuk menganalisis kecemasan-kecemasan pada mahasiswa dalam ujian mendengarkan dan berbicara (*chokai-kaiwa*) dengan menggunakan skala perhitungan untuk mengkategorikan jenis kecemasan dan mengetahui tingkat kecemasan. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif angkatan 2023 Program Studi Pendidikan Bahasa Jepang UNNES yang berjumlah 84 mahasiswa dengan menggunakan teknik total sampling. Namun, hanya 48 mahasiswa yang digunakan sebagai data dalam hasil penelitian. Dikarenakan jumlah populasi

yang kecil dan memenuhi kriteria inklusi, yaitu telah mengikuti UAS (Ujian Akhir Semester) *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan* Responder dapat mengisi kuesioner ini setelah selesai melakukan ujian berbicara pada UAS (Ujian Akhir Semester) *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan*.

1. Variabel Penelitian

Kuesioner menggunakan variabel penelitian yang telah dipertimbangkan. Variabel yang dijadikan sebagai data penelitian sebagai berikut:

- a) Kecemasan ujian berbicara bahasa asing
Bentuk-bentuk kecemasan yang muncul mahasiswa saat menghadapi ujian berbicara pada mata kuliah *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan*, seperti cemas karena ketakutan akan performa, gugup di depan dosen/ teman kelas, dan ketakutan membuat kesalahan saat berbicara.
- b) Faktor penyebab kecemasan ujian berbicara bahasa asing.
Hal-hal yang menjadi penyebab kecemasan saat ujian berbicara, seperti tekanan dari dosen, perbandingan dengan teman kelas, adanya persiapan yang kurang, maupun ketakutan akan penilaian.
- c) Tingkat kecemasan ujian berbicara bahasa asing
Mengukur seberapa tinggi tingkat kecemasan ujian berbicara asing mahasiswa.

Dengan menggunakan tiga variabel tersebut, kemudian peneliti mengkategorikan variabel tersebut ke dalam Foreign Language Classroom Anxiety (FLCAS) oleh HORWITZ et al., (1986) dengan item berjumlah 33 pernyataan. Setiap item diberi skor pada skala likert 5 poin, mulai dari 5 poin (sangat setuju) hingga 1 poin (sangat tidak setuju).

Tabel 1. Variabel kecemasan ujian berbicara bahasa asing

No Item	Pernyataan	Skor				
		1	2	3	4	5
1	Saya Tidak Pernah Percaya Diri Saat Ujian Berbicara Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan					
2	Saya Gugup Ketika Tahu Giliran Saya Di Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan					
3	Saya Merasa Malu Ketika Mengajukan Diri Di Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan Saat Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan, Saya Bisa Sangat Gugup Sampai Lupa Yang Saya Pelajari					

5	Jantung Saya Berdebar Saat Dipanggil Di Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan
6	Saya Kurang Percaya Diri Berbicara Di Depan Mahasiswa Lainnya
7	Saya Menjadi Gugup Dan Bingung Ketika Berbicara Saat Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan
8	Saya Takut Ditertawakan Mahasiswa Lain Saat Berbicara Dalam Bahasa Jepang
9	Saya Merasa Gugup Saat Tidak Mengerti Setiap Kata Yang Diucapkan Dosen Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan
10	Saya Merasa Gugup Saat Dosen Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan Memberikan Pertanyaan Yang Belum Saya Persiapkan
Ket	Item Yang Menggambarkan Kecemasan Yang Dirasakan Secara Langsung Dalam Konteks Ujian Berbicara

Tabel 2. Variabel faktor penyebab kecemasan ujian berbicara bahasa asing

No Item	Pernyataan	Skor				
		1	2	3	4	5
11	Saya Merasa Takut Ketika Saya Tidak Mengerti Apa Yang Dikatakan Dosen Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan Dalam Bahasa Jepang					
12	Selama Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan, Saya Memikirkan Hal Lain					
13	Saya Mulai Panik Ketika Harus Berbicara Tanpa Persiapan Saat Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan					
14	Saya Terus Berpikir Bahwa Mahasiswa Lain Lebih Baik Dalam Bahasa Jepang Dibandingkan Saya.					
15	Saya Khawatir Tentang Konsekuensi Jika Saya Gagal Dalam Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan					
16	Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan Berlangsung Begitu Cepat, Hingga Saya Khawatir Jika Tertinggal					
17	Saya Merasa Kesal Jika Tidak Mengerti Apa Yang Dikoresi Oleh Dosen Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan					
18	Saya Takut Dosen Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan Akan Langsung Mengoreksi Setiap Kesalahan Saya					
19	Semakin Saya Belajar Untuk Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan					

	Kohan, Saya Semakin Bingung
20	Saya Selalu Merasa Mahasiswa Lain Berbicara Bahasa Jepang Lebih Baik Daripada Saya
21	Saya Merasa Kewalahan Dengan Banyaknya Aturan Yang Harus Dipelajari
Ket	Item Yang Mencerminkan Penyebab/ Pemicu Munculnya Kecemasan Dalam Ujian Berbicara

	Berada Di Sekitar Dosen Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan (R)
33	Saya Merasa Percaya Diri Saat Berbicara Di Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan (R)
Ket	Item Dengan Orientasi Umum Terhadap Kelas Bahasa Asing (Beberapa Item Negatif(R) Dilakukan Reverse Scoring)

Tabel 3. Variabel Tingkat Kecemasan Berbahasa Asing

No Item	Pernyataan	Skor				
		1	2	3	4	5
22	Saya Tidak Khawatir Jika Membuat Kesalahan Saat Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan (R)					
23	Saya Tidak Keberatan Jika Harus Menghabiskan Waktu Yang Lama Saat Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan (R)					
24	Saya Biasanya Tenang Saat Menghadapi Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan (R)					
25	Saya Tidak Paham Mengapa Mahasiswa Khawatir Dengan Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan (R)					
26	Saya Merasa Tidak Akan Gugup Jika Berbicara Dengan Dosen Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan (R)					
27	Saya Sering Merasa Tidak Ingin Menghadapi Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan					
28	Saya Tidak Merasa Tertekan Untuk Mempersiapkan Yang Terbaik Dalam Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan (R)					
29	Saya Merasa Lebih Tertekan Saat Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan Dibandingkan Saat Ujian Lainnya					
30	Dalam Perjalanan Ke Kelas, Saya Merasa Sangat Yakin Dan Santai Untuk Melaksanakan Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan (R)					
31	Bahkan Jika Saya Sudah Siap Menghadapi Ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan, Saya Tetap Merasa Cemas					
32	Saya Merasa Nyaman					

2. Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas instrumen dilakukan melalui validitas isi (*content validity*) dengan expert judgment, yaitu konsultasi kepada dosen Pendidikan Bahasa Jepang, UNNES. Evaluasi dilakukan terhadap kesesuaian butir pernyataan dengan aspek yang diukur, kejelasan bahasa, dan relevansi konteks. Hasil telaah menyatakan bahwa seluruh item layak digunakan dalam konteks mahasiswa Pendidikan Bahasa Jepang UNNES. Sedangkan Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan *koefisien Cronbach's Alpha* melalui aplikasi SPSS 26. Nilai reliabilitas yang diperoleh sebesar 0,951 menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat konsistensi internal yang baik dan dapat diandalkan untuk mengukur kecemasan ujian berbicara pada mahasiswa.

3. Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dianalisis secara statistik deskriptif. Langkah-langkah analisis adalah sebagai berikut:

- Skoring jawaban responden berdasarkan skala Likert.
- Reverse scoring dilakukan untuk item negatif (ditandai dengan (R)) untuk menjaga konsistensi arah skor.
- Penghitungan skor total per responden, kemudian dirata-ratakan berdasarkan masing-masing variabel.
- Kategorisasi tingkat kecemasan berdasarkan rentang skor 12 – 19 masuk dalam kategori sangat santai, 20 – 29 masuk dalam kategori santai, 30 – 39 masuk dalam kategori agak cemas, 40 – 49 masuk dalam kategori cemas, dan 50 – 60 masuk dalam kategori sangat cemas.

Data hasil analisis disajikan dalam bentuk kombinasi analisis numerik (seperti mean, frekuensi, persentase) dan visualisasi tabel untuk menunjukkan distribusi responden berdasarkan kecemasan yang dialami.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dan pembahasan pada analisis ini dibagi ke dalam beberapa sub bahasan:

1. Jenis Kecemasan Mahasiswa dalam Ujian Berbicara Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan

Jenis kecemasan berbicara merupakan aspek penting dalam studi kecemasan berbahasa asing (Foreign Language Anxiety) yang berhubungan langsung dengan performa lisan mahasiswa terutama dalam menghadapi ujian. Menurut Khasawneh dalam (Palupi et al., 2022) beberapa jenis kecemasan dapat dikelompokkan dalam tingkatan tertentu: jenis kecemasan pertama yaitu kecemasan sifat dimana orang akan cenderung gugup atau merasa tegang dalam keadaan tertentu. Jenis kecemasan kedua yaitu kecemasan situasional yang menjadi respon ketakutan akan interaksi berupa rasa gugup dan ketegangan. Jenis kecemasan terakhir adalah ketakutan akan evaluasi negatif yaitu orang akan merasa takut dengan pendapat orang lain. Berdasarkan hasil analisis data terhadap 48 responden, ditemukan bahwa mahasiswa cenderung mengalami kecemasan pada dimensi yang berkaitan dengan situasional, sifat, serta ketakutan akan evaluasi negatif dalam ujian berbicara *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan*. Beberapa Instrumen yang digunakan terdiri atas 10 item dengan skala Likert 5 poin, dan dianalisis menggunakan statistik deskriptif berupa frekuensi dan nilai rata-rata.

Tabel 4. Jenis Kecemasan dalam Ujian Berbicara Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan

	Item 1	Item 2	Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9	Item 10
Sifat	4	4	6	5	4	4	4	3	3	2
ES	19	16	9	14	11	15	14	16	7	10
Intensity	14	11	19	10	11	9	15	10	11	11
S	7	11	11	14	14	13	12	5	13	12
ST	4	6	3	4	6	7	5	10	11	12
Mean	2,75	2,58	2,92	2,92	3,15	3,08	3,00	2,9	3,3	3,46
Total	48									

Hasil menunjukkan bahwa item dengan skor rata-rata tertinggi adalah "Saya merasa gugup saat tidak mengerti setiap kata yang diucapkan dosen Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan" (mean = 3,50), diikuti oleh "Saya merasa gugup saat dosen Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan memberikan pertanyaan yang belum saya persiapkan" (mean = 3,46). Hal ini menunjukkan bahwa bentuk kecemasan yang paling dominan berkaitan dengan evaluasi sosial negatif dan ketidaksiapan menghadapi

pertanyaan tak terduga. Hal ini sejalan dengan konsep "fear of negative evaluation" dalam teori Horwitz et al. (1986), yang menyatakan bahwa kecemasan berbahasa asing dapat diperburuk oleh kekhawatiran terhadap penilaian orang lain. Menurut Von Worde dalam (Md Isa et al., 2023), mahasiswa sangat sensitif terhadap hasil evaluasi yang diberikan oleh dosen. Von Worde juga menambahkan bahwa kebanyakan dari pembelajar bahasa asing akan merasa malu jika dipanggil di kelas.

Kecemasan yang cukup menonjol adalah ada pada item 5, "jantung saya berdebar saat dipanggil di ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan" (mean = 3,15) dan item 6, "saya kurang percaya diri berbicara di depan mahasiswa lainnya" (mean = 3,08), yang keduanya mencerminkan respon fisiologis terhadap tekanan sosial. Menurut Dewi & Andrianto dalam (Nurhasanah et al., 2023) menyatakan bahwa reaksi fisiologis pada kecemasan tersebut sering mengalami gejala seperti jantung berdebar, jari-jari tangan menjadi dingin, keringat dingin, pening, nafas tidak teratur akibat rasa panik yang meningkat saat berbicara di depan umum. Berdasarkan pernyataan tersebut, dapat dikatakan mahasiswa mengalami jenis kecemasan situasional.

Sementara itu, item 4 "saat ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan, saya bisa sangat gugup sampai lupa yang saya pelajari" dan item 3 "saya merasa malu ketika mengajukan diri di ujian Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan" (mean = 2,92) memiliki skor rata-rata yang cukup signifikan. Khasawneh dalam (Palupi et al., 2022) menyatakan pembelajar akan merasakan ketegangan kognitif ketika harapan mereka tidak terpenuhi. Ketika ada interaksi yang kurang memuaskan antara peserta didik atau peserta didik dengan pengajar. Meskipun tidak setinggi kategori sosial atau spontanitas, temuan ini menunjukkan bahwa aspek kognitif tetap menjadi bagian dari gejala kecemasan mahasiswa. Meskipun tidak ekstrem, gejala-gejala ini tetap berkontribusi terhadap jenis kecemasan yang dialami. Dikarenakan gejala kognitif tersebut timbul sebagai respon stimulus pada situasi tertentu, dapat dikatakan mahasiswa juga mengalami jenis kecemasan situasional.

Sebaliknya, item yang menunjukkan rata-rata paling rendah adalah "saya tidak pernah percaya diri saat ujian berbicara Chokai-

Kaiwa Chukyu Kohan" (mean = 2,75). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa relatif memiliki kepercayaan diri dasar yang cukup saat menghadapi ujian. Tekanan utama bukan berasal dari dalam diri, melainkan dari situasi sosial dan interaksi di kelas.

Secara keseluruhan, jenis kecemasan ujian berbicara pada mata kuliah *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan* yang paling menonjol dalam penelitian ini berkaitan erat dengan situasional atau persepsi mahasiswa terhadap situasi sosial yang mengancam yang bersumber dari rasa takut akan dievaluasi secara negatif dan adanya tekanan akibat kurangnya kontrol diri sendiri dalam situasi ujian. Sehingga dapat disimpulkan, bahwa mahasiswa pada ujian berbicara mata kuliah *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan* dominan mengalami jenis kecemasan ketakutan akan evaluasi negatif.

2. Penyebab Kecemasan Mahasiswa dalam Ujian Berbicara Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan

Analisis terhadap variabel penyebab kecemasan berbicara dalam ujian berbicara pada mata kuliah *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan* dilakukan berdasarkan 11 item pernyataan. Item-item ini mengungkap faktor-faktor yang memicu munculnya kecemasan ujian berbicara pada mahasiswa, baik yang bersifat internal dan eksternal. Penyebab kecemasan yang berasal dari faktor internal berupa kepribadian dan sifat pembelajar dan kurangnya kemampuan pembelajar (Suratin & Sribayak, 2025). Selain itu, faktor eksternal penyebab kecemasan bisa berupa aktivitas di kelas, interaksi antara dosen dan mahasiswa, serta kondisi pembelajaran secara keseluruhan.

Tabel 5. Penyebab Kecemasan dalam Ujian Berbicara Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan

	Item 11	Item 12	Item 13	Item 14	Item 15	Item 16	Item 17	Item 18	Item 19	Item 20	Item 21
SES	2	11	7	2	7	4	6	8	12	7	7
TS	13	17	8	9	10	16	15	17	22	4	13
Frequency	9	12	6	5	8	10	10	9	8	11	16
S	13	8	17	16	19	11	11	12	5	15	8
ST	9	0	12	16	8	7	6	2	1	15	6
Mean	3,33	2,35	3,08	3,73	3,4	2,9	2,92	2,65	2,19	3,73	2,91
Total	46										

Berdasarkan hasil deskriptif penyebab kecemasan ujian berbicara pada mata kuliah *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan*, diperoleh bahwa pernyataan dengan nilai rata-rata tertinggi adalah item 14 (mean = 3,73) dan item 20 (mean = 3,73), mengenai perbandingan sosial yaitu "saya terus berpikir bahwa mahasiswa

lain lebih baik dalam bahasa Jepang dibandingkan saya." (item 14) dan "saya selalu merasa mahasiswa lain berbicara bahasa Jepang lebih baik daripada saya." (item 20). Menurut Nishar dalam (Mouffok et al., 2023) penyebab utama dalam kecemasan yang dialami pembelajar adalah persepsi mereka terhadap bagaimana menghadapi pengajar dan diri mereka sendiri lebih buruk jika dibandingkan dengan teman kelas lainnya. Hal ini mengindikasikan persepsi mahasiswa tentang dirinya sendiri menjadikan penyebab kemunculan kecemasan, yang terjadi akibat merasa kurang percaya diri ketika membandingkan kemampuan mereka dengan mahasiswa lainnya.

Selanjutnya, item 13 "saya mulai panik ketika harus berbicara tanpa persiapan saat ujian" (mean = 3,48) dan item 11 "saya merasa takut ketika saya tidak mengerti apa yang dikatakan dosen" (mean = 3,33) juga menunjukkan skor rata-rata yang cukup tinggi. Sehingga dapat dikatakan bahwa faktor kurangnya kesiapan mahasiswa terhadap ujian *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan* dan kesulitan memahami instruksi dosen pada ujian *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan*, turut berkontribusi terhadap munculnya kecemasan.

Selain itu, item lainnya seperti item 15 tentang kekhawatiran terhadap nilai ujian *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan* (mean = 3,4), item 16 tentang ketakutan akan tertinggal saat ujian (mean = 2,9), item 17 tentang ketidaktahuan terhadap kosakata atau instruksi dosen saat ujian (mean = 2,92), serta item 21 tentang tekanan dari banyaknya aturan untuk ujian (mean = 2,94), menggambarkan kompleksitas penyebab kecemasan. Salah satu konsekuensi tertinggi kecemasan berbahasa asing adalah munculnya prasangka dari pembelajar akan kegagalan atau mendapatkan pengalaman gagal pada ujian bahasa asing (Song, 2024). Hal ini mengindikasikan bahwa kecemasan tidak hanya bersumber dari satu faktor yang sejenis, tetapi merupakan kombinasi dari beberapa faktor yaitu yang bersumber dari internal pembelajar, namun faktor eksternal yang merupakan lingkungan pembelajar juga berpengaruh dalam kecemasan pada ujian berbicara tersebut.

Sebaliknya, skor terendah muncul pada item 19, yaitu "semakin saya belajar untuk ujian, saya semakin bingung" (mean = 2,19). Hal ini menunjukkan bahwa proses belajar itu sendiri bukanlah penyebab utama kecemasan

ujian berbicara *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan*, yang berasal dari faktor internal yaitu keraguan pada dirinya sendiri. Demikian juga, item 18 "saya takut dosen akan langsung mengoreksi setiap kesalahan saya" (mean = 2,65), yang mengindikasikan bahwa meskipun terdapat rasa takut terhadap koreksi langsung, hal ini bukan menjadi penyebab utama kecemasan.

Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa penyebab kecemasan mahasiswa pada ujian berbicara mata kuliah *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan* lebih banyak bersumber dari faktor internal, seperti rendahnya rasa percaya diri, rasa tidak siap, dan persepsi mahasiswa tentang kekhawatiran terhadap performa diri jika dibandingkan dengan teman sekelas. Menurut Thamnu dalam (Suratin & Sribayak, 2025), pembelajar sering merasa lebih rendah dan cemas ketika mereka mempersepsikan teman-teman mereka lebih mahir. Refleksi peserta tentang pengalaman negatif di masa lalu, seperti diejek ketika membuat kesalahan, semakin memperkuat pengaruh faktor internal ini terhadap kecemasan berbicara.

3. Tingkat Kecemasan Ujian Berbicara Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan

Analisis yang dilakukan terhadap variabel Tingkat Kecemasan Ujian Berbicara Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan dengan menggunakan Foreign Language Classroom Anxiety Scale (FLCAS), mengelompokkan tingkat kecemasan kedalam lima kategori yaitu: skor 12 – 19 masuk dalam kategori sangat santai, 20 – 29 masuk dalam kategori santai 30 – 39 masuk dalam kategori agak cemas, 40 – 49 masuk dalam kategori cemas, dan 50 – 60 masuk dalam kategori sangat cemas.

Tabel 6. Tingkat Kecemasan Ujian Berbicara Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan

Kategori Kecemasan	Jumlah Mahasiswa	Persentase
Sangat Cemas	1	2,1%
Cemas	14	29,2%
Agak Cemas	17	35,4%
Santai	13	27,1%
Sangat Santai	3	6,3%

Hasil analisis deskriptif yang disajikan pada Tabel 6 menunjukkan distribusi tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian berbicara pada mata kuliah *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan*. Dari total 48 mahasiswa

responden, sebagian besar tergolong ke dalam kategori "Agak Cemas" sebanyak 17 mahasiswa (35,4%), diikuti oleh kategori "Cemas" sebanyak 14 mahasiswa (29,2%), dan "Santai" sebanyak 13 mahasiswa (27,1%). Sementara itu, hanya 1 mahasiswa (2,1%) yang tergolong "Sangat Cemas", dan 3 mahasiswa (6,3%) yang termasuk dalam kategori "Sangat Santai"

Distribusi ini mengindikasikan bahwa mahasiswa mengalami kecemasan dalam tingkat yang cukup terasa meskipun tidak berada dalam intensitas ekstrem, yaitu "Agak Cemas" dan "Cemas" yang jika dijumlahkan nilainya mencapai 64,6% dari keseluruhan responden. Hal ini menandakan bahwa meskipun sebagian besar mahasiswa tidak berada pada kategori ekstrem seperti "Sangat Cemas", namun kecemasan tetap menjadi kondisi emosional yang umum dialami dalam konteks ujian berbicara. Hanya sebagian kecil yang merasa benar-benar tenang, yaitu dalam kategori "Santai" dan "Sangat Santai" yang jumlahnya tidak lebih dari sepertiga responden.

Berdasarkan hasil analisis pada tingkat kecemasan ujian berbicara *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan*, hasil mengindikasikan bahwa pengelolaan kecemasan dalam ujian berbicara *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan* tidak boleh diabaikan. Bahkan jika tingkatnya tergolong cukup cemas. Menurut Galante dalam (Özdemir & Seçkin, 2025), meningkatnya rasa kecemasan dapat menghalingi pembelajar untuk melatih dan mengembangkan kemampuan berbahasa mereka.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil dari analisis mengenai kecemasan berbahasa asing mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa Jepang UNNES dalam ujian berbicara pada mata kuliah *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan*, dapat diperoleh kesimpulan bahwa jenis kecemasan yang mendominasi adalah kecemasan terhadap evaluasi negatif dan situasional. Penyebab utama pada kecemasan yang dialami mahasiswa yaitu berasal dari faktor internal, adanya persepsi negatif terhadap dirinya sendiri, seperti kecenderungan untuk membandingkan kemampuan bahasa diri sendiri dengan mahasiswa lainnya. Selain itu faktor eksternal seperti berinteraksi dengan dosen selama ujian turut memperkuat rasa cemas. Tingkat kecemasan mahasiswa

mayoritas berada pada kategori agak cemas dan cemas, yang mana jika tidak dikelola secara tepat akan berdampak pada penurunan performa dalam ujian berbicara mata kuliah *Chokai-Kaiwa Chukyu Kohan*.

B. Saran

Dalam rangka mengurangi kecemasan berbahasa yang dialami mahasiswa, dosen pengampu dapat memberikan kesempatan kepada mahasiswa lainnya untuk memberikan umpan balik yang konstruktif, yang tertutup/ anonim melalui daring/ online sesuai ujian dilaksanakan. Sehingga membuat suasana kelas menjadi ruang diskusi yang memotivasi mereka untuk belajar dari kesalahan yang mereka lakukan selama ujian tersebut.

DAFTAR RUJUKAN

- Fatwa, D. A. P. (2024). PROBLEMATIKA SISWA SMA NEGERI 2 SIDOARJO DALAM PENGUASAAN KETERAMPILAN MEMBACA HURUF JEPANG. *HIKARI Vol. 8 No. 2 (2024): Edisi Juli-Desember 2024*, 8(Juli-Desember 2024), 1-9. SINTA 5. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/hikari/article/view/61747>
- The Japan Foundation. (2021). *Hasil Survei Lembaga Pendidikan Bahasa Jepang di Luar Negeri Tahun 2021*. <https://www.jpff.go.jp/j/project/japanese/survey/result/index.html>
- Kianinezhad, N. (2024). Foreign Language Anxiety in Education. *JELITA: Journal of English Language Teaching and Literature*, 5(1)(February 2024), 123-143. Islamic Azad University. <https://doi.org/10.56185/jelita.v5i1.477>
- Safira, N., Ys., S. B., & Anisah. (2024). The Correlation between Listening Skill and Speaking Skill among Students of English Education Department. *Research in English and Education (READ)*, 9(3)(August 2024), 121-126. Universitas Syiah Kuala. <https://jim.usk.ac.id/READ/article/view/32920/14619>
- Alamri, A., & Nazir, M. A. (2022). Test Anxiety and Related Factors among Health Professions Students: A Saudi Arabian Perspective. *Behavioral Sciences*, 12(4). <https://doi.org/10.3390/bs12040098>
- Almotiary, H. (2022). Potential Causes of Foreign Language Anxiety among Saudi Female Students in the United States. *Arab World English Journal*, 13(2), 267-281. <https://doi.org/10.24093/awej/vol13no2.18>
- Armita Permatasari. (2023). An Analysis on the English-Speaking Anxiety of the First Semester Students of Aquatic Resource Management Study Program. *EDUKASIA: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(1), 729-746. <https://doi.org/10.62775/edukasia.v4i1.343>
- Azizpour, S., & Gholami, J. (2022). Foreign Language Classroom Anxiety, Positive Orientation, and Perceived Teacher and Student Emotional Support among Iranian EFL Learners. *Research in English Language Pedagogy*, 10(2), 321-345. <https://doi.org/10.30486/RELP.2022.1943978.1313>
- Chen, X. (2023). A Systematic Review of Foreign Language Anxiety. In *Journal of Education, Humanities and Social Sciences RETPS* (Vol. 2023).
- Didin Nuruddin Hidayat, Uswatun Hasanah, Ismalianing Eviyuliwati, Y. S. (2022). *Jurnal Pendidikan Progresif An Exploration of Students ' Foreign Language Anxiety in*. 12(1), 163-173. <https://doi.org/10.23960/jpp.v>
- Palupi, R. E. A., Purwanto, B., & Sutriyono. (2022). Analisis Faktor Kecemasan pada Proses Keterampilan Berbicara Peserta Didik Tingkat I pada Mata Kuliah Bahasa Inggris Risqi. *JDPP (Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran) Universitas Muhammadiyah Ponorogo*, 10(2)(Juli 2022), 138-145. <http://dx.doi.org/10.24269/dpp.v10i2.5235>
- Fauzi, I., Hartono, R., Rukmini, D., & Pratama, H. (2022). Mengatasi Anxiety dalam Berbicara Bahasa Inggris Melalui Pembelajaran Berbasis Web. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana Universitas Negeri Semarang, February 2024*, 550-556.
- 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(July).
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.945062>
- 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>
- Md Isa, H., Ismail, S., Zakaria, N. N. N., Mohd Taib, N. A., Idris, N., & Rahmat, N. H. (2023). Foreign Language Anxiety: Exploring Across Gender. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 13(4).
<https://doi.org/10.6007/ijarbss/v13-i4/16524>
- Mouffok, K., Elachachi, H. H., & Omari, F. Z. I. (2023). *LLT Journal: A Journal on Language and Language Learning*, 26(2), 470–482.
<https://doi.org/10.24071/llt.v26i2.6401>
- Miyondri, P. (2023). Analisis Kecemasan Siswa SMP dalam Pembelajaran Bahasa Prancis Sebagai Bahasa Asing. *Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra*, 23(1), 131–142.
<https://doi.org/10.17509/bs.jpbsp.v23i1.59883>
- Nurhasanah, D., Mukhyi, T. F., Wirda, R., Nadhira, M., Tsabitah, G., Salsabila, A., & Amna, Z. (2023). Tingkat Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa. *Syiah Kuala Psychology Journal*, 1(2), 74–83.
<https://doi.org/10.24815/skjp.v1i2.28436>
- Özdemir, O., & Seçkin, H. (2025). Exploring foreign language anxiety in higher education: Multifaceted insights into causes, impacts, and coping strategies. *Social Sciences and Humanities Open*, 11(February).
<https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2025.101364>
- Song, Z. (2024). Foreign Language Anxiety: A Review on Definition, Causes, Effects and Implication to Foreign Language Teaching. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, 26, 795–799.
<https://doi.org/10.54097/4838f411>
- Suratin, N., & Sribayak, V. (2025). Factors Contributing to Speaking Anxiety and Anxiety Reduction Techniques in Thai adult EFL Learners. *LEARN Journal: Language Education and Acquisition Research Network*, 18(1), 294–319.
<https://doi.org/10.70730/MYTS3987>