

ABSTRACT

Susena, Rosaria Loria Adigia. (2020). *Investigating the Personal Factors of Anxiety and Coping Strategies on Micro Teaching Classes*. Yogyakarta: English Education Study Program, Department of Language and Art Education, Faculty of Teachers Training Program, Sanata Dharma University.

Anxiety and fear while teaching were quite often experienced by English Language Education Study Program students. Being anxious was one of the natural responses emerging when they experience an unusual situation or had no teaching experience beforehand. Anxiety and fear experienced by ELESPP students would certainly affect the teaching-learning process. Those feelings can arise due to various factors, including personal and external factors. English Language Education Study Program of Sanata Dharma University required their students to teach lower semester classes as a form of teaching practice in Micro Teaching classes. When teaching the lower semester students, the majority of ELESPP students felt anxious. Therefore, this research aimed to investigate the personal factors that influenced feelings of anxiety experienced by students in teaching the lower semester classes and the strategies they used to cope with the anxiety.

The researcher formulated two research questions. The first research question was “What are the personal factors causing teaching anxiety in teaching lower semester classes?”. The second research question was “What are the strategies used by students to cope with their anxiety?”. To answer these research questions, the researcher used a qualitative survey research. The researcher used 2 instruments, namely questionnaires and interviews to obtain the data. In this research, 134 students participated to fill out the questionnaire. Meanwhile, the researcher selected six students to be interviewed.

Based on the research findings, four personal factors evoked anxiety when the students taught the lower semester classes. Those factors were less confidence, unfavorable attitudes, improper study habits, and lack of personal practices. In addition, the results of the interviews revealed that there were two strategies used by mostly students to cope with the feelings of anxiety they experienced. The first strategy was cognitive strategies namely positive thinking and realistic expectations, the second strategy was a professional strategy that comprised of skills and qualities.

Keywords: *personal factor, anxiety, students' strategies*

ABSTRAK

Susena, Rosaria Loria Adigia. (2020). *Investigating the Personal Factors of Anxiety and Coping Strategies on Micro Teaching Classes*. Yogyakarta: Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris, Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sanata Dharma.

Perasaan cemas dan takut saat mengajar merupakan hal yang sering dialami oleh mahasiswa Pendidikan Bahasa Inggris. Perasaan takut yang muncul merupakan salah satu respon alami yang muncul apabila mahasiswa mengalami situasi yang tidak biasa atau belum pernah mereka alami sebelumnya. Perasaan cemas dan takut yang mereka alami saat mengajar tentunya akan mempengaruhi proses belajar mengajar di kelas. Perasaan yang muncul bisa di sebabkan oleh berbagai faktor termasuk faktor dari dalam diri dan faktor dari luar. Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Sanata Dharma mewajibkan siswanya untuk mengajar kelas semester bawah sebagai salah satu bentuk latihan mengajar di kelas pembelajaran mikro (*Microteaching*). Dalam mengajar kelas semester bawah sebagian besar mahasiswa Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Sanata Dharma mengalami perasaan cemas. Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi faktor dari dalam diri seseorang yang mempengaruhi perasaan cemas pada saat mengajar kelas semester bawah. Serta, strategi yang mereka gunakan untuk meredakan perasaan cemas yang mereka alami.

Dalam penelitian ini terdapat 2 pertanyaan penelitian. Pertanyaan pertama dalam penelitian ini adalah “Faktor pribadi apa saja yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa pada saat mengajar kelas semester bawah?”. Pertanyaan penelitian selanjutnya adalah “Strategi apa saja yang digunakan oleh mahasiswa untuk mengatasi perasaan cemas yang mereka alami?”

Untuk menjawab rumusan pertanyaan penelitian tersebut, peneliti menggunakan metode survey kualitatif. Dalam pengambilan data peneliti menggunakan 2 instrumen yaitu kuesioner dan wawancara. Dalam penelitian ini 134 siswa berpartisipasi untuk mengisi kuesioner. Selanjutnya, peneliti memilih enam siswa untuk di wawancara.

Berdasarkan hasil penemuan, terdapat empat faktor pribadi yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa pada saat mengajar kelas semester bawah. Faktor tersebut adalah, kurang percaya diri, sikap yang kurang maksimal, kebiasaan belajar yang kurang baik dan kurangnya praktik pribadi. Selain itu, melalui hasil wawancara peneliti menemukan dua strategi yang paling banyak digunakan oleh siswa untuk menghadapi perasaan cemas yang mereka alami. Strategi yang pertama adalah strategi kognitif yaitu dengan cara berfikir positif dan ekspektasi yang realistis. Selanjutnya adalah strategi profesional yaitu ketrampilan dan kualitas.

Kata kunci: *personal factor, anxiety, student's strategies*