

ABSTRACT

Giriningtyas, Diva Olivia. (2026). *Navigating Emotional Challenges and SEL-Based Support in the Basic Listening and Speaking*. Yogyakarta: English Language Education Study Program, Department of Language and Arts, Faculty of Teacher Training and Education, Sanata Dharma University.

Speaking in a foreign language can be a deeply emotional experience for many students, particularly those in their first year of university. In the Basic Listening and Speaking (BLS) course at Sanata Dharma University, first-year students of the English Language Education Study Program face considerable emotional difficulties while trying to communicate actively in English. Despite the growing body of research on speaking anxiety, limited studies have explored how Social and Emotional Learning (SEL) can support students' emotional readiness within university-level EFL speaking courses in the Indonesian context.

This study explored two main questions: What emotional challenges do first-year university students face in the Basic Listening and Speaking course? and what are the roles of SEL in supporting students' emotional readiness and confidence to speak in the Basic Listening and Speaking course?

A qualitative case study was carried out during the 2025–2026 academic year to gain an in-depth understanding of first-year students' emotional challenges and SEL-based support within one Basic Listening and Speaking class. Data were gathered through a Likert-scale questionnaire given to first-year students, semi-structured interviews with five students, and an interview with the BLS course lecturer. Patterns in the data were identified using thematic analysis by Braun and Clarke (2006).

Five emotional challenges were identified in the data: fear of negative evaluation, peer inferiority, spontaneous pressure, physical symptoms, and mental block. In relation to the roles of social and emotional learning (SEL), all five Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL) competencies were evident in students' reported experiences. These competencies enabled students to recognise their emotions, manage anxiety, understand their peers, build supportive classroom relationships, and persist in speaking despite nervousness. It is recommended that lecturers integrate explicit SEL practices, such as peer reflection activities and emotion check-ins, into speaking courses to enhance students' emotional readiness.

Keywords: Basic Listening and Speaking, EFL speaking, emotional challenges, first-year university students, Social and Emotional Learning

ABSTRAK

Giriningtyas, Diva Olivia. (2026). *Menavigasi Tantangan Emosional dan Dukungan Berbasis SEL dalam Mata Kuliah Basic Listening and Speaking* Yogyakarta: Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris, Departemen Bahasa dan Seni, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sanata Dharma.

Berbicara dalam bahasa asing dapat menjadi pengalaman yang sangat emosional bagi banyak mahasiswa, terutama mereka yang berada di tahun pertama perkuliahan. Dalam mata kuliah Basic Listening and Speaking (BLS) di Universitas Sanata Dharma, mahasiswa tahun pertama Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris menghadapi kesulitan emosional yang cukup besar saat mencoba berkomunikasi secara aktif dalam bahasa Inggris. Meskipun penelitian tentang kecemasan berbicara semakin banyak, studi yang mengeksplorasi bagaimana Social and Emotional Learning (SEL) dapat mendukung kesiapan emosional mahasiswa dalam mata kuliah berbicara EFL tingkat universitas dalam konteks Indonesia masih terbatas.

Studi ini mengeksplorasi dua pertanyaan utama: Tantangan emosional apa yang dihadapi mahasiswa tahun pertama dalam mata kuliah Mendengarkan dan Berbicara Dasar? Dan apa peran SEL dalam mendukung kesiapan emosional dan kepercayaan diri mahasiswa untuk berbicara dalam mata kuliah Mendengarkan dan Berbicara Dasar?

Sebuah studi kasus kualitatif dilakukan selama tahun akademik 2025–2026 untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai tantangan emosional mahasiswa tahun pertama dan dukungan berbasis SEL dalam satu kelas Basic Listening and Speaking.. Data dikumpulkan melalui kuesioner skala Likert yang diberikan kepada mahasiswa tahun pertama, wawancara semi-terstruktur dengan lima mahasiswa, dan wawancara dengan dosen mata kuliah BLS. Pola dalam data diidentifikasi menggunakan analisis tematik oleh Braun dan Clarke (2006).

Lima tantangan emosional diidentifikasi dalam data: rasa takut akan evaluasi negatif, rasa rendah diri di mata teman sebaya, tekanan spontan, gejala fisik, dan hambatan mental. Berkaitan dengan peran Social and Emotional Learning (SEL), kelima kompetensi Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL) terlihat jelas dalam pengalaman yang dilaporkan oleh siswa. Kompetensi ini memungkinkan siswa untuk mengenali emosi mereka, mengelola kecemasan, memahami teman sebaya mereka, membangun hubungan kelas yang suportif, dan tetap berbicara meskipun gugup. Disarankan agar dosen mengintegrasikan praktik SEL eksplisit, seperti aktivitas refleksi teman sebaya dan pengecekan emosi, ke dalam kursus berbicara untuk meningkatkan kesiapan emosional siswa.

Kata kunci: Basic Listening and Speaking, berbicara bahasa Inggris sebagai bahasa asing, kecemasan berbicara bahasa asing, mahasiswa tahun pertama, pembelajaran sosial dan emosional.