

## ABSTRACT

The thesis entitled “*The Fourth Semester English Education Department Students Strategies to Reduce Anxiety in Public Speaking at UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung*” was written by Yeni Irawati, NIM 126203211083, English Education Department, Faculty of Tarbiyah and Teacher Training, supervised by Dr. Dwi Astuti Wahyu Nurhayati, S.S., M.Pd.

**Keywords:** *Anxiety, Public Speaking*

Public speaking anxiety is a prevalent issue among students, particularly when they are required to deliver speeches in a foreign language such as English. This form of anxiety can manifest in various ways, including psychological symptoms such as excessive sweating, trembling, and increased heart rate. It may also include psychological symptoms such as fear of embarrassment or failure. Such anxiety can significantly affect students' academic performance and overall learning experience.

This study aims to identify and analyze the factors that contribute to students' anxiety and to explore the effective strategies to reduce anxiety and improve public speaking in English. The study focuses on four main factors that contribute to public speaking anxiety and discusses four common strategies used by students to overcome it. By understanding these factors and strategies, it is expected that more effective pedagogical approaches can be designed to help build students' confidence within the academic environment.

This study used a descriptive quantitative method. The instrument used in this study was a questionnaire. This study involved fourth-semester students majoring in English Education Department at UIN SATU Tulungagung. A total of 112 students who had taken the Public Speaking course participated in this study.

The result of this study shows that public speaking anxiety is influenced by four main factors: personal factors (negative self-perception and fear of poor judgment), situational factors (familiarity with the audience), cultural factors (conformity to social norms), and technological factors (dependence on and difficulty using technology). To reduce anxiety, students apply several strategies, including preparation, positive thinking, and peer support. Among these, personal factors are the most significant contributors to students' public speaking anxiety. Meanwhile, preparation is the most effective and most frequently used strategy. Based on these findings, educators should assist students in implementing structured strategies to manage anxiety, build confidence in public speaking, and create a supportive classroom environment.

## ABSTRAK

The thesis entitled “*The Fourth Semester English Education Department Students Strategies to Reduce Anxiety in Public Speaking at UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung*” was written by Yeni Irawati, NIM 126203211083, English Education Departmen, Faculty of Tarbiyah and Teacher Training, supervised by Dr. Dwi Astuti Wahyu Nurhayati, S.S., M.Pd.

**Kata Kunci:** *kecemasan, berbicara didepan umum*

Kecemasan berbicara di depan umum adalah masalah yang umum terjadi di kalangan siswa, terutama ketika mereka diminta untuk menyampaikan pidato dalam bahasa asing seperti bahasa Inggris. Bentuk kecemasan ini dapat bermanifestasi dalam berbagai cara, termasuk gejala psikologis seperti keringat berlebih, gemetar, dan detak jantung yang meningkat. Hal ini juga dapat mencakup gejala psikologis seperti rasa takut akan kegagalan. Kecemasan seperti itu dapat secara signifikan mempengaruhi kinerja akademik dan pengalaman belajar siswa secara keseluruhan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kecemasan siswa dan untuk mengeksplorasi strategi yang efektif untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan kemampuan berbicara di depan umum dalam bahasa Inggris. Penelitian ini memfokuskan pada empat faktor utama yang berkontribusi terhadap kecemasan berbicara di depan umum dan membahas empat strategi yang umum digunakan oleh siswa untuk mengatasinya. Dengan memahami faktor-faktor dan strategi ini, diharapkan pendekatan pedagogis yang lebih efektif dapat dirancang untuk membantu membangun kepercayaan diri siswa dalam lingkungan akademik.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Penelitian ini melibatkan mahasiswa semester empat jurusan Tadris Bahasa Inggris di UIN SATU Tulungagung. Sebanyak 112 mahasiswa yang telah mengambil mata kuliah Public Speaking berpartisipasi dalam penelitian ini.

Hasil dari penelitian ini adalah kecemasan berbicara di depan umum dipengaruhi oleh empat faktor utama, yaitu faktor personal (persepsi negatif terhadap diri sendiri dan ketakutan akan penilaian yang buruk), faktor situasional (keakraban dengan audiens), faktor budaya (konformitas terhadap norma-norma sosial), dan faktor teknologi (ketergantungan dan kesulitan menggunakan teknologi). Untuk mengurangi kecemasan, mahasiswa menerapkan beberapa strategi, antara lain persiapan, berpikir positif, dan dukungan teman sebaya. Faktor personal merupakan faktor utama yang menyebabkan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. Sedangkan persiapan merupakan strategi yang paling efektif dan paling sering digunakan mahasiswa. Berdasarkan temuan ini, pendidik harus membantu siswa menerapkan strategi terstruktur untuk mengendalikan kecemasan dan meningkatkan kepercayaan diri siswa saat berbicara dan menciptakan suasana kelas yang mendukung.