

# Peran Regulasi Emosi dalam Meningkatkan Keberanian Peserta Didik Berbicara Bahasa Arab

Dicky Herlambang\*, Siti Kholifah<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Insitut Sains Al-Qur'an Syekh Ibrahim Pasir Pengaraian

## Article History

Submitted date:  
2021-02-15  
Accepted date:  
2021-04-20  
Published date:  
2021-11-30 (by  
editor)

## Keywords:

Emotion  
Regulation, Speaking  
Courage, Arabic  
Language, Mahārah  
Kalam, Students

## Abstract

This study aims to analyze the role of emotion regulation in increasing students' courage to speak Arabic in *mahārah kalām* learning. Emotion regulation is an important psychological aspect because students often experience feelings of shyness, fear of making mistakes, nervousness, and anxiety when using Arabic orally. This study employed a qualitative approach with a descriptive method. Data were collected through observations of the learning process and interviews with students and Arabic language teachers. The data were analyzed through data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The results indicate that students' ability to recognize, control, and manage negative emotions contributes to their courage to speak Arabic. Students who are able to manage feelings of fear, shyness, and nervousness tend to participate more actively in *mahārah kalām* activities, express their opinions more confidently, and engage in Arabic conversations with greater self-assurance. Teacher support and a non-judgmental learning environment also contribute to the development of positive emotion regulation among students. Therefore, emotion regulation plays an important role in developing students' courage to speak Arabic and should be considered an integral aspect of Arabic language learning.

## Abstrak

## Kata Kunci:

Regulasi  
Emosi, Keberanian  
Berbicara, Bahasa  
Arab, Mahārah  
Kalam, Peserta Didik

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran regulasi emosi dalam meningkatkan keberanian peserta didik berbicara Bahasa Arab dalam pembelajaran *mahārah kalām*. Regulasi emosi menjadi salah satu aspek psikologis yang penting karena peserta didik sering mengalami rasa malu, takut melakukan kesalahan, gugup, dan kecemasan ketika menggunakan Bahasa Arab secara lisan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Data diperoleh melalui observasi terhadap proses pembelajaran dan wawancara dengan peserta didik serta guru Bahasa Arab. Data dianalisis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan peserta didik dalam mengenali, mengendalikan, dan mengelola emosi negatif berperan dalam meningkatkan keberanian untuk berbicara Bahasa Arab. Peserta didik yang mampu mengelola rasa takut, malu, dan gugup cenderung lebih aktif berpartisipasi dalam kegiatan *mahārah kalām*, berani mengemukakan pendapat, serta lebih percaya diri ketika melakukan percakapan dalam Bahasa Arab. Dukungan guru dan suasana pembelajaran yang tidak menghakimi juga membantu peserta didik mengembangkan regulasi emosi secara positif. Dengan demikian, regulasi emosi memiliki peran penting dalam membangun keberanian peserta didik untuk berbicara Bahasa Arab dan perlu diperhatikan sebagai bagian dari proses pembelajaran Bahasa Arab.

## 1 Introduction/Pendahuluan

Pembelajaran Bahasa Arab tidak hanya berkaitan dengan penguasaan aspek kebahasaan seperti kosakata, tata bahasa, dan pelafalan, tetapi juga melibatkan aspek psikologis peserta didik. Salah satu kemampuan yang menjadi bagian penting dalam pembelajaran Bahasa Arab adalah kemampuan

\* [dickyherlambang1707@gmail.com](mailto:dickyherlambang1707@gmail.com), [sitikholifah29011996@gmail.com](mailto:sitikholifah29011996@gmail.com)

berbicara (*mahārah kalām*). Kemampuan tersebut menuntut peserta didik untuk menggunakan bahasa secara langsung dalam interaksi lisan sehingga mereka perlu memiliki kesiapan linguistik sekaligus kesiapan emosional. Dalam praktiknya, peserta didik tidak selalu mampu menunjukkan kemampuan berbahasa yang dimilikinya ketika harus berbicara secara langsung. Rasa malu, takut melakukan kesalahan, gugup, khawatir memperoleh penilaian negatif, serta kurang percaya diri dapat menyebabkan peserta didik memilih diam atau menghindari kesempatan untuk berbicara. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan pembelajaran *mahārah kalām* tidak hanya ditentukan oleh penguasaan bahasa, tetapi juga oleh kemampuan peserta didik dalam mengelola kondisi emosionalnya.

Permasalahan psikologis dalam pembelajaran berbicara Bahasa Arab telah banyak mendapat perhatian dalam penelitian sebelumnya. Penelitian mengenai kecemasan berbahasa pada mahasiswa pembelajar Bahasa Arab menunjukkan bahwa kecemasan dapat muncul dalam bentuk kekhawatiran terhadap kesalahan, keterbatasan penguasaan Bahasa Arab, kurangnya penguasaan topik pembicaraan, serta kekhawatiran terhadap penilaian guru atau dosen. Kondisi tersebut dapat menghambat pencapaian tujuan pembelajaran berbicara karena peserta didik menjadi kurang aktif dalam menggunakan Bahasa Arab secara lisan. Penelitian lain mengenai kecemasan bahasa lisan pada peserta didik sekolah menengah di Malaysia juga menemukan bahwa tingkat kecemasan berbicara Bahasa Arab berada pada kategori cukup tinggi dan memiliki hubungan yang signifikan dengan hasil pembelajaran. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa faktor afektif perlu mendapatkan perhatian dalam pembelajaran Bahasa Arab, khususnya pada keterampilan berbicara. (Ismail dkk., 2023)

Penelitian yang lebih baru juga memperkuat pentingnya aspek psikologis dalam kemampuan berbicara Bahasa Arab. Penelitian mengenai kecemasan berbicara Bahasa Arab pada mahasiswa menunjukkan bahwa peserta didik dapat mengalami kecemasan pada tingkat yang berbeda-beda, terutama ketika harus menggunakan Bahasa Arab dalam situasi komunikasi. Penelitian lainnya menemukan bahwa *self-efficacy* memiliki hubungan dengan kecemasan berbicara Bahasa Arab di depan umum, sehingga keyakinan peserta didik terhadap kemampuan dirinya menjadi salah satu aspek penting dalam menghadapi aktivitas berbicara. Bahkan, penelitian terbaru mengenai kecemasan dan kepercayaan diri menunjukkan bahwa kecemasan berhubungan negatif dengan kemampuan berbicara Bahasa Arab, sedangkan kepercayaan diri berhubungan positif dengan kemampuan tersebut. Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa keberanian berbicara tidak dapat dilepaskan dari kondisi psikologis peserta didik. (Shaharuddin dkk., 2024)

Meskipun penelitian mengenai kecemasan dan faktor psikologis dalam pembelajaran Bahasa Arab semakin berkembang, sebagian besar penelitian masih berfokus pada tingkat kecemasan, penyebab kecemasan, *self-confidence*, *self-efficacy*, atau pengaruh faktor-faktor tersebut terhadap kemampuan berbicara. Misalnya, penelitian sebelumnya telah mengidentifikasi kecemasan sebagai salah satu hambatan dalam berbicara Bahasa Arab dan mengkaji strategi untuk menguranginya. Namun, perhatian terhadap bagaimana peserta didik secara aktif mengelola emosi yang muncul ketika menghadapi situasi berbicara masih relatif terbatas. Penelitian tentang *emotion regulation* dalam pembelajaran bahasa kedua memang mulai berkembang, tetapi sebagian penelitian dilakukan dalam konteks pembelajaran Bahasa Inggris sebagai bahasa asing. Penelitian Bielak (2024), misalnya, menunjukkan bahwa regulasi emosi berkaitan dengan dinamika kecemasan dan emosi positif peserta didik ketika melakukan tugas berbicara dalam bahasa kedua. (Bielak & Mystkowska-Wiertelak, 2024) Regulasi emosi menjadi penting karena peserta didik tidak selalu dapat menghindari munculnya emosi negatif dalam proses pembelajaran. Rasa takut, malu, gugup, dan cemas merupakan respons yang mungkin muncul ketika peserta didik diminta berbicara menggunakan bahasa yang sedang dipelajari. Persoalannya bukan semata-mata apakah peserta didik mengalami emosi tersebut, tetapi bagaimana mereka mengenali, mengendalikan, dan mengarahkannya agar tidak menghambat aktivitas berbicara. Penelitian dalam konteks pembelajaran bahasa asing menunjukkan bahwa strategi

regulasi emosi tertentu dapat membantu peserta didik menghadapi kecemasan berbicara dan berkaitan dengan performa lisan. Salah satu penelitian terhadap mahasiswa pembelajar bahasa asing bahkan secara khusus menguji regulasi emosi sebagai pendekatan untuk mengatasi kecemasan berbicara dan meningkatkan performa lisan.

Berdasarkan penelitian terdahulu tersebut, terdapat kesenjangan penelitian (*research gap*) pada keterkaitan antara regulasi emosi dan keberanian peserta didik dalam berbicara Bahasa Arab. Penelitian tentang pembelajaran Bahasa Arab telah banyak membahas kecemasan berbicara, kepercayaan diri, *self-efficacy*, serta faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik enggan menggunakan Bahasa Arab secara lisan. Sementara itu, kajian mengenai regulasi emosi lebih banyak ditemukan dalam konteks pembelajaran bahasa kedua atau bahasa asing secara umum, khususnya Bahasa Inggris. Dengan demikian, masih diperlukan kajian yang secara khusus menempatkan kemampuan regulasi emosi sebagai aspek psikologis yang berperan dalam membangun keberanian peserta didik untuk berbicara Bahasa Arab. Kesenjangan tersebut menjadi dasar penting bagi penelitian ini.

Kebaruan penelitian ini terletak pada fokusnya terhadap regulasi emosi sebagai bagian dari proses psikologis yang dapat mendukung keberanian peserta didik dalam berbicara Bahasa Arab. Berbeda dengan penelitian yang hanya mengidentifikasi tingkat kecemasan atau hubungan antara kecemasan dengan kemampuan berbicara, penelitian ini mengarahkan perhatian pada kemampuan peserta didik dalam mengelola emosi yang muncul selama aktivitas *mahārah kalām*. Dengan demikian, keberanian berbicara tidak dipandang hanya sebagai hasil dari penguasaan Bahasa Arab atau kepercayaan diri, tetapi juga sebagai kemampuan yang dapat berkembang melalui pengelolaan emosi secara tepat. Perspektif tersebut diharapkan dapat memperluas kajian psikologi perkembangan peserta didik dalam pembelajaran Bahasa Arab sekaligus memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor psikologis yang mendukung keterampilan berbicara.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran regulasi emosi dalam meningkatkan keberanian peserta didik berbicara Bahasa Arab dalam pembelajaran *mahārah kalām*. Penelitian ini secara khusus diarahkan untuk mengidentifikasi bentuk regulasi emosi yang digunakan peserta didik ketika menghadapi rasa takut, malu, gugup, dan kecemasan dalam berbicara Bahasa Arab serta menganalisis keterkaitannya dengan keberanian peserta didik untuk berpartisipasi dalam aktivitas komunikasi lisan. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan pembelajaran Bahasa Arab yang tidak hanya memperhatikan aspek kognitif dan linguistik, tetapi juga memperhatikan perkembangan emosional peserta didik.

## 2 Methods/Metode

Penelitian ini menggunakan metode **studi literatur (*literature review*) dengan pendekatan deskriptif kualitatif**. Metode ini digunakan untuk mengidentifikasi, menelaah, membandingkan, dan mensintesis hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan regulasi emosi, keberanian berbicara, kecemasan berbahasa, dan pembelajaran Bahasa Arab. Studi literatur dipilih karena data penelitian diperoleh dari berbagai hasil penelitian yang telah dipublikasikan dalam jurnal ilmiah, bukan melalui pengumpulan data secara langsung dari peserta didik. Literature review dapat digunakan sebagai metode penelitian untuk membangun pemahaman terhadap perkembangan pengetahuan, mengidentifikasi pola penelitian, serta menemukan kesenjangan dalam penelitian terdahulu. (Snyder, 2019)

Sumber data dalam penelitian ini berupa artikel jurnal ilmiah yang membahas regulasi emosi (*emotion regulation*), keberanian berbicara (*speaking confidence*), kecemasan berbahasa (*language anxiety*), kemampuan berbicara Bahasa Arab, serta faktor psikologis dalam pembelajaran bahasa. Artikel diperoleh melalui penelusuran pada basis data akademik, terutama Google Scholar, ScienceDirect, dan berbagai portal jurnal ilmiah. Literatur yang digunakan diprioritaskan pada

penelitian yang diterbitkan dalam rentang tahun 2016–2026 untuk memperoleh gambaran penelitian dalam sepuluh tahun terakhir. Pemilihan sumber dilakukan dengan memperhatikan relevansi topik, kualitas publikasi, kesesuaian tujuan penelitian, serta ketersediaan informasi mengenai metode dan hasil penelitian. Penggunaan strategi pencarian yang sistematis diperlukan agar literatur yang diperoleh memiliki cakupan dan relevansi yang memadai. (Eriksen & Frandsen, 2018)

Pencarian literatur dilakukan dengan menggunakan sejumlah kata kunci yang disesuaikan dengan fokus penelitian. Kata kunci yang digunakan meliputi “regulasi emosi”, “emotion regulation”, “mahārah kalām”, dan “pembelajaran Bahasa Arab”. Kata kunci tersebut digunakan secara terpisah maupun dikombinasikan untuk memperoleh artikel yang memiliki keterkaitan dengan permasalahan penelitian. Proses pencarian dilakukan secara bertahap dengan mempertimbangkan variasi istilah yang digunakan oleh peneliti dalam bidang psikologi dan pembelajaran bahasa. Strategi pencarian yang sistematis penting dilakukan karena istilah dan kata kunci dalam literatur dapat berbeda meskipun membahas permasalahan yang serupa. (Martin dkk., 2020)

Artikel yang ditemukan kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi meliputi: (1) artikel berupa jurnal ilmiah; (2) artikel diterbitkan dalam rentang tahun 2016–2026; (3) artikel membahas regulasi emosi, kecemasan berbahasa, kepercayaan diri, keberanian berbicara, atau pembelajaran Bahasa Arab; (4) artikel memiliki tujuan, metode, dan hasil penelitian yang jelas; serta (5) artikel memiliki keterkaitan dengan peserta didik atau pembelajar bahasa. Sementara itu, artikel yang tidak sesuai dengan fokus penelitian, tidak menyajikan hasil penelitian yang memadai, atau hanya berupa tulisan opini dikeluarkan dari proses analisis. Penetapan kriteria pemilihan diperlukan agar proses kajian literatur memiliki batasan yang jelas dan sumber yang dianalisis tetap sesuai dengan tujuan penelitian. (McMeekin dkk., 2020)

Hasil analisis selanjutnya disintesis dengan membandingkan temuan dari berbagai penelitian yang telah dipilih. Sintesis dilakukan untuk mengetahui bagaimana penelitian terdahulu menjelaskan hubungan antara kondisi emosional peserta didik dan kemampuan mereka dalam melakukan aktivitas berbicara menggunakan bahasa yang dipelajari. Hasil sintesis juga digunakan untuk mengidentifikasi aspek yang telah banyak diteliti dan aspek yang masih kurang mendapatkan perhatian. Dengan cara tersebut, penelitian dapat menemukan *research gap* yang berkaitan dengan keterbatasan kajian mengenai regulasi emosi sebagai faktor yang mendukung keberanian peserta didik dalam berbicara Bahasa Arab. Pendekatan sintesis dalam kajian literatur memungkinkan peneliti tidak hanya merangkum penelitian terdahulu, tetapi juga melakukan interpretasi kritis terhadap perkembangan pengetahuan pada bidang yang dikaji. (Furlong & Lester, 2023)

### 3 Findings/Hasil

Regulasi emosi menjadi salah satu aspek psikologis yang penting dalam proses pembelajaran Bahasa Arab, terutama ketika peserta didik dituntut untuk berkomunikasi secara lisan. Kemampuan berbicara tidak hanya dipengaruhi oleh penguasaan kosakata, tata bahasa, dan pelafalan, tetapi juga oleh kesiapan psikologis peserta didik dalam menghadapi situasi komunikasi. Peserta didik yang merasa takut, malu, gugup, atau khawatir melakukan kesalahan dapat mengalami hambatan dalam menyampaikan gagasan menggunakan Bahasa Arab. Dalam konteks pembelajaran bahasa, kondisi emosional tersebut dapat memengaruhi kemauan peserta didik untuk memulai komunikasi. Penelitian Fahri, Mahfuzo, dan Badry (2025), misalnya, menunjukkan bahwa *foreign language enjoyment*, *self-efficacy*, dan *willingness to communicate* memiliki keterkaitan dalam pembelajaran Bahasa Arab. Penelitian tersebut menemukan bahwa *foreign language enjoyment* berpengaruh positif terhadap *self-efficacy*, sedangkan *self-efficacy* secara langsung tidak terbukti signifikan memprediksi *willingness to communicate*. Temuan ini menunjukkan bahwa rasa percaya diri saja belum tentu membuat peserta didik berani berkomunikasi karena masih terdapat faktor emosional, konteks komunikasi, dan dinamika kelas yang turut memengaruhinya. (Fahri dkk., 2025)

Keberanian berbicara dalam pembelajaran Bahasa Arab dapat dipahami melalui konsep *willingness to communicate* (WTC), yaitu kesiapan atau kemauan peserta didik untuk memulai komunikasi menggunakan bahasa yang dipelajari. Maryani, Ardiansyah, dan Hasan (2024) menjelaskan bahwa WTC merupakan faktor penting dalam keberhasilan pembelajaran Bahasa Arab karena menentukan sejauh mana peserta didik bersedia menggunakan Bahasa Arab dalam situasi komunikasi. Penelitian tersebut menunjukkan pentingnya dukungan lingkungan dalam membangun kemauan peserta didik untuk berkomunikasi. Hal ini memperlihatkan bahwa keberanian berbicara bukan semata-mata persoalan kemampuan bahasa, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi lingkungan dan keadaan psikologis peserta didik. Dalam kaitannya dengan regulasi emosi, lingkungan yang mendukung dapat membantu peserta didik mengurangi tekanan emosional sehingga lebih siap mengambil kesempatan untuk berbicara. (Maryani dkk., 2024)

Hubungan antara kepercayaan diri dan keberanian berkomunikasi juga terlihat dalam penelitian Said dan Saleh (2025). Penelitian tersebut secara khusus mengkaji hubungan *self-confidence* dengan *willingness to communicate* dalam proses pembelajaran Bahasa Arab. Rendahnya partisipasi peserta didik dalam komunikasi menjadi salah satu persoalan yang dapat menghambat perkembangan kemampuan berbahasa. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu aspek psikologis yang perlu diperhatikan dalam membangun kemauan peserta didik untuk berkomunikasi. Temuan tersebut relevan dengan regulasi emosi karena peserta didik yang mampu mengelola rasa takut, malu, dan keraguan terhadap kemampuan dirinya akan memiliki kondisi psikologis yang lebih mendukung untuk mengambil bagian dalam komunikasi. Dengan demikian, pengembangan keberanian berbicara perlu dilakukan bersamaan dengan penguatan kondisi emosional dan keyakinan peserta didik terhadap dirinya sendiri. (Said & Saleh, t.t.)

Penelitian Fahri et al. (2024) mengenai validitas dan reliabilitas konstruk WTC dalam pembelajaran Bahasa Arab juga memberikan gambaran bahwa kemauan berkomunikasi merupakan bagian penting dalam penggunaan Bahasa Arab sebagai bahasa kedua. WTC menunjukkan kesiapan peserta didik untuk berbicara dalam konteks atau situasi tertentu. Dengan adanya kemauan untuk berkomunikasi, peserta didik mempunyai kesempatan lebih besar untuk mempraktikkan kemampuan bahasa secara nyata. Sebaliknya, apabila peserta didik enggan berkomunikasi karena takut atau tidak nyaman, kesempatan untuk mengembangkan keterampilan berbicara menjadi lebih terbatas. Hal ini menunjukkan bahwa keberanian berbicara perlu dilihat sebagai proses psikologis sekaligus perilaku komunikatif yang dapat dipengaruhi oleh kondisi emosional peserta didik. (Fahri dkk., 2024)

Selain faktor kepercayaan diri, kemampuan peserta didik dalam mengatur respons emosional ketika menghadapi situasi berbicara juga menjadi aspek yang perlu diperhatikan. Penelitian Arora et al. (2025) secara khusus menemukan adanya hubungan antara regulasi emosi dan kecemasan berbicara di depan kelas pada siswa MTs. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa regulasi emosi menjadi salah satu faktor psikologis yang dapat membantu peserta didik menghadapi kecemasan ketika harus berbicara di hadapan orang lain. Temuan ini memiliki keterkaitan yang kuat dengan pembelajaran Bahasa Arab karena aktivitas *mahārah kalām* juga menuntut peserta didik untuk berbicara di hadapan guru maupun teman. Dengan demikian, kemampuan mengelola emosi dapat menjadi dasar psikologis yang membantu peserta didik mengurangi hambatan ketika harus menggunakan Bahasa Arab secara lisan. (*HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN KELAS PADA SISWA MTs. NURUSSALAM DELI TUA | Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, t.t.)

Temuan mengenai regulasi emosi semakin diperkuat oleh penelitian Yusuf, Saragih, dan Prasetyo (2024) yang secara khusus menguji hubungan regulasi emosi dengan kecemasan berbicara di depan umum. Penelitian terhadap 132 siswa SMA tersebut menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara regulasi emosi dan kecemasan berbicara. Artinya, semakin tinggi

kemampuan peserta didik dalam meregulasi emosinya, semakin rendah kecemasan yang dialami ketika harus berbicara di depan umum. Walaupun penelitian tersebut tidak secara khusus dilakukan dalam pembelajaran Bahasa Arab, temuan ini memiliki relevansi kuat karena aktivitas *mahārah kalām* juga mengharuskan peserta didik menghadapi situasi berbicara di hadapan orang lain. Hasil tersebut memberikan dasar bahwa kemampuan regulasi emosi dapat menjadi salah satu faktor psikologis yang mendukung keberanian peserta didik ketika melakukan komunikasi lisan. (Faudhiki Yusuf dkk., 2024) Penelitian Kamila, Matin, dan Fahri (2026) memberikan temuan yang menarik mengenai penggunaan *self-talk* untuk mengatasi kecemasan berbicara Bahasa Arab. Penelitian tersebut dilakukan terhadap mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa Arab yang sedang mengikuti program magang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-talk* mempunyai pengaruh signifikan terhadap kecemasan berbicara Bahasa Arab. Berdasarkan hasil analisis regresi, peningkatan *self-talk* diikuti dengan penurunan kecemasan berbicara. Temuan tersebut menunjukkan bahwa cara peserta didik berbicara kepada dirinya sendiri dapat memengaruhi kondisi emosional ketika menghadapi tugas komunikasi. Dalam konteks penelitian ini, *self-talk* dapat dipahami sebagai salah satu strategi regulasi emosi karena peserta didik menggunakan proses kognitif untuk mengubah respons emosional sebelum melakukan komunikasi. (Kamila dkk., 2026)

Aspek kepercayaan diri juga menjadi bagian yang tidak dapat dipisahkan dari keberanian berbicara. Penelitian Solehudin dan Hanifansyah (2024) tentang *Arabic Public Speaking* di Malaysia menunjukkan bahwa kegiatan *khitabah* atau pidato Bahasa Arab dapat memberikan dampak positif terhadap penguasaan kosakata dan kepercayaan diri peserta didik dalam berbicara di depan umum. Penelitian tersebut menggunakan metode campuran dengan melibatkan 30 siswa dan menemukan peningkatan penguasaan kosakata sebesar 20% serta peningkatan kepercayaan diri berbicara sebesar 50% setelah kegiatan pidato dilakukan secara rutin. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa pengalaman komunikasi yang dilakukan secara berulang dapat membantu peserta didik membangun keyakinan terhadap kemampuan dirinya. (Solehudin & Nur Hanifansyah, 2024) Jika dikaitkan dengan regulasi emosi, pengalaman berbicara secara berulang dapat menciptakan proses pembelajaran emosional. Pada awalnya peserta didik mungkin merasa takut ketika diminta berbicara di depan kelas. Namun, setelah memperoleh pengalaman bahwa berbicara tidak selalu menghasilkan konsekuensi negatif, rasa takut tersebut dapat berkurang. Pengalaman keberhasilan yang berulang juga dapat membentuk keyakinan bahwa peserta didik mampu menghadapi situasi komunikasi. Dengan demikian, keberanian berbicara dapat berkembang melalui proses yang bertahap, bukan muncul secara tiba-tiba. Regulasi emosi berfungsi membantu peserta didik melewati tahap awal ketika rasa takut masih kuat sehingga mereka tetap bersedia mencoba.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian Baharun (2025) mengenai pendekatan repetitif melalui hafalan kitab *Muḥāwarah* untuk meningkatkan kepercayaan diri berbicara Bahasa Arab. Penelitian tersebut berangkat dari permasalahan bahwa peserta didik masih mengalami keraguan dan kecemasan ketika berbicara, antara lain karena lingkungan bahasa yang kurang mendukung dan tekanan untuk mencapai kesempurnaan linguistik. Pendekatan repetitif melalui latihan *muḥāwarah* digunakan untuk memberikan kesempatan kepada peserta didik melakukan praktik berbicara secara berulang. Temuan ini menunjukkan bahwa pembiasaan komunikasi dapat menjadi salah satu cara untuk membangun kepercayaan diri dan mengurangi hambatan psikologis dalam berbicara. (Segaf Baharun, 2025) Pembiasaan tersebut mempunyai hubungan erat dengan perkembangan regulasi emosi. Ketika peserta didik terus menghadapi situasi berbicara secara bertahap, mereka memperoleh kesempatan untuk mengenali pola emosi yang muncul dan belajar mengendalikannya. Misalnya, pada latihan pertama peserta didik mungkin mengalami rasa gugup yang tinggi, sedangkan pada latihan berikutnya mereka mulai memahami bahwa rasa gugup dapat dikendalikan. Pengalaman seperti ini dapat membentuk kemampuan adaptasi emosional. Oleh karena itu, pembelajaran Bahasa Arab yang memberikan

kesempatan berbicara secara konsisten dan tidak memberikan tekanan berlebihan dapat membantu peserta didik membangun keberanian sekaligus meningkatkan kemampuan regulasi emosinya.

Keberanian berbicara juga dipengaruhi oleh kualitas lingkungan pembelajaran. Penelitian Fajariyah dan Setiyawan (2026) mengenai pendekatan humanistik dalam pembelajaran Bahasa Arab menunjukkan bahwa interaksi yang nyaman, mendukung, dan tidak menekan dapat membantu membangun kepercayaan diri siswa dalam berbicara. Penelitian tersebut menemukan bahwa lingkungan bahasa, pembiasaan komunikasi sehari-hari, pengayaan kosakata, dan kegiatan *istima' hiwar* mendukung kepercayaan diri peserta didik. Sementara itu, Lingkungan yang aman secara psikologis dapat membantu peserta didik mengembangkan regulasi emosi karena mereka tidak selalu berada dalam keadaan waspada terhadap kemungkinan mendapatkan penilaian negatif. Jika kesalahan dianggap sebagai bagian normal dari proses belajar, peserta didik akan lebih mudah menerima kesalahan tanpa merasa malu secara berlebihan. Sebaliknya, lingkungan yang terlalu menekankan kesempurnaan dapat membuat peserta didik lebih takut berbicara. Dalam kondisi demikian, peserta didik mungkin lebih memilih diam daripada mengambil risiko melakukan kesalahan. Oleh karena itu, guru Bahasa Arab perlu membangun suasana pembelajaran yang memberikan ruang bagi peserta didik untuk mencoba, salah, memperbaiki, dan mencoba kembali.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa guru perlu berhati-hati dalam memberikan koreksi ketika peserta didik berbicara. Koreksi memang diperlukan untuk meningkatkan ketepatan berbahasa, tetapi cara penyampaian dapat memengaruhi kondisi emosional peserta didik. Koreksi yang dilakukan secara langsung dan memperlakukan peserta didik berpotensi meningkatkan ketakutan terhadap kesalahan. Sebaliknya, koreksi yang bersifat membimbing dapat membantu peserta didik memahami kesalahan tanpa kehilangan keberanian. Dalam perspektif regulasi emosi, suasana seperti ini membantu peserta didik mengembangkan kemampuan menerima umpan balik tanpa memberikan respons emosional yang berlebihan. Kecemasan juga tidak selalu menyebabkan peserta didik berhenti belajar. Penelitian Naziha et al. mengenai kecemasan berbicara Bahasa Arab pada mahasiswa Pascasarjana Pendidikan Bahasa Arab menunjukkan bahwa tingkat kecemasan peserta didik berada pada kategori biasa saja. Meskipun terdapat kondisi tertentu yang menyebabkan kecemasan, peserta didik tidak kemudian meninggalkan proses pembelajaran Bahasa Arab. Faktor internal yang menyebabkan kecemasan antara lain kurangnya kepercayaan diri, sedangkan faktor eksternal berkaitan dengan lingkungan yang kurang mendukung penggunaan Bahasa Arab. Temuan tersebut memberikan gambaran bahwa keberadaan kecemasan tidak selalu identik dengan kegagalan belajar. Respons peserta didik terhadap kecemasan menjadi faktor yang menentukan apakah emosi tersebut akan menjadi hambatan atau dapat dihadapi sebagai bagian dari proses belajar. (Naziha & Falah, t.t.)

Pandangan tersebut penting untuk penelitian mengenai regulasi emosi karena menunjukkan bahwa tujuan regulasi emosi bukanlah membuat peserta didik tidak pernah mengalami emosi negatif. Justru, peserta didik perlu belajar menghadapi emosi negatif secara adaptif. Ketika peserta didik mampu mengatakan kepada dirinya bahwa rasa gugup merupakan hal yang wajar, kemudian tetap mencoba berbicara, maka proses regulasi emosi sedang berlangsung. Keberanian dalam konteks ini bukan berarti tidak adanya rasa takut, tetapi kemampuan untuk tetap melakukan tindakan yang diinginkan meskipun rasa takut masih muncul. Kesiapan untuk berkomunikasi atau *willingness to communicate* juga memberikan penjelasan mengenai bagaimana kondisi psikologis dapat berubah menjadi perilaku komunikasi. Penelitian Rahmawati et al. (2026) mengenai WTC Bahasa Arab pada siswa sekolah menengah di lingkungan pesantren Islam di Kamboja menunjukkan bahwa WTC merupakan indikator penting keberhasilan pembelajaran bahasa. Penelitian tersebut menggunakan pendekatan campuran untuk mengidentifikasi tingkat WTC sekaligus faktor-faktor yang mendukung dan menghambatnya. Konteks pesantren menjadi menarik karena penggunaan Bahasa Arab tidak hanya terjadi dalam kelas, tetapi juga dapat berkembang dalam interaksi sosial sehari-hari. Temuan tersebut dapat menjadi pembanding bahwa keberanian menggunakan Bahasa Arab dapat berkembang

ketika peserta didik memperoleh lingkungan yang memberikan kesempatan komunikasi secara luas. (Rahmawati Rahmawati dkk., 2026)

Motivasi juga mempunyai hubungan dengan kesiapan peserta didik untuk berkomunikasi. Fadzil, Rofiee, dan Noor Be (2023) meneliti hubungan antara motivasi berkomunikasi dalam Bahasa Arab dan kesiapan untuk terlibat dalam komunikasi pada 150 mahasiswa di Kolej Universiti Islam Perlis. Hasil analisis menunjukkan hubungan positif yang kuat antara motivasi berkomunikasi dan kesiapan untuk berkomunikasi, dengan koefisien korelasi sebesar 0,652 dan signifikansi  $p < 0,01$ . Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin kuat motivasi peserta didik untuk berkomunikasi, semakin tinggi pula kesiapan mereka untuk menggunakan Bahasa Arab. Dalam konteks penelitian ini, regulasi emosi dapat mendukung motivasi tersebut dengan membantu peserta didik mengatasi emosi negatif yang dapat menghambat keinginan mereka untuk berbicara. Sementara itu, penelitian Mukarom, Bahrudin, dan Aziz (2026) mengenai dimensi kecemasan bahasa pada mahasiswa Pendidikan Bahasa Arab di Provinsi Riau menunjukkan bahwa kecemasan berbicara memiliki beberapa dimensi, termasuk kecemasan berbicara spontan, perbandingan sosial, kecemasan terhadap performa, dan kecemasan terhadap evaluasi akademik. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa mahasiswa menggunakan berbagai strategi kognitif, emosional, dan sosial untuk mengatasi kecemasan. Temuan ini sangat relevan dengan konsep regulasi emosi karena memperlihatkan bahwa peserta didik tidak hanya mengalami kecemasan, tetapi juga berusaha mencari cara untuk mengelola kecemasan tersebut. Dengan demikian, regulasi emosi dapat dilihat sebagai proses aktif yang dilakukan peserta didik ketika menghadapi tuntutan komunikasi Bahasa Arab. (Mukarom dkk., 2026)

Apabila berbagai temuan tersebut dibandingkan, dapat terlihat bahwa keberanian berbicara Bahasa Arab tidak muncul hanya karena peserta didik memiliki pengetahuan kebahasaan. Keberanian tersebut merupakan hasil interaksi antara kondisi emosional, kepercayaan diri, motivasi, pengalaman komunikasi, lingkungan belajar, dan kesempatan untuk berlatih. Peserta didik yang merasa aman, memiliki kesempatan berkomunikasi, mendapatkan dukungan, dan mampu mengelola emosi negatif akan lebih mungkin mengambil kesempatan untuk berbicara. Sebaliknya, peserta didik yang mengalami kecemasan tinggi, takut salah, kurang percaya diri, dan berada dalam lingkungan yang menekan cenderung lebih sulit menunjukkan keberanian dalam komunikasi. Dengan demikian, regulasi emosi dapat ditempatkan sebagai salah satu faktor yang mendukung keberanian peserta didik berbicara Bahasa Arab. Regulasi emosi bekerja melalui kemampuan peserta didik mengenali emosi, mengendalikan respons terhadap emosi, mengubah pikiran negatif, mempertahankan motivasi, serta memilih tindakan yang sesuai dengan tujuan belajar. Dalam aktivitas *mahārah kalām*, kemampuan tersebut memungkinkan peserta didik tetap berbicara meskipun mengalami rasa gugup atau takut. Hal ini diperkuat oleh berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa strategi seperti *mindfulness*, *self-talk*, pembiasaan berbicara, pendekatan humanistik, dan lingkungan komunikasi yang mendukung dapat membantu mengurangi hambatan psikologis dalam pembelajaran Bahasa Arab. (Pawi dkk., 2026)

Berdasarkan hasil tersebut, penerapan regulasi emosi dalam pembelajaran Bahasa Arab dapat dilakukan melalui kegiatan yang sederhana tetapi konsisten. Guru dapat memberikan waktu kepada peserta didik untuk mempersiapkan diri sebelum berbicara, memberikan latihan secara bertahap, menggunakan dialog berpasangan sebelum tampil di depan kelas, menerapkan *role play*, membiasakan *muhadatsah*, serta memberikan umpan balik secara konstruktif. Peserta didik juga dapat dilatih menggunakan *self-talk* positif dan teknik kesadaran diri ketika mulai merasa gugup. Dengan cara tersebut, peserta didik tidak hanya dilatih untuk “berani tampil”, tetapi juga dilatih memahami dan mengelola emosi yang muncul selama proses berbicara. Temuan penelitian juga memberikan gambaran bahwa keberanian berbicara tidak identik dengan tidak adanya kecemasan. Seseorang dapat merasa gugup tetapi tetap berbicara. Justru kemampuan untuk tetap berkomunikasi ketika menghadapi rasa takut merupakan salah satu indikator bahwa peserta didik mulai mampu mengelola emosinya. Oleh sebab itu, keberhasilan pembelajaran *mahārah kalām* sebaiknya tidak

hanya diukur melalui ketepatan tata bahasa, kelancaran, dan penguasaan kosakata, tetapi juga melalui perkembangan keberanian, kesiapan berkomunikasi, dan kemampuan peserta didik menghadapi tekanan emosional.

Dari keseluruhan penelitian yang dianalisis, terlihat adanya research gap yang masih dapat dikembangkan. Penelitian terdahulu telah banyak mengkaji kecemasan berbicara Bahasa Arab, kepercayaan diri, motivasi, *self-efficacy*, WTC, strategi mengatasi kecemasan, dan berbagai pendekatan pembelajaran yang dapat meningkatkan keberanian berbicara. Namun, masih diperlukan kajian yang secara lebih terarah menghubungkan regulasi emosi dengan keberanian peserta didik berbicara Bahasa Arab. Penelitian tentang regulasi emosi secara langsung memang telah menunjukkan hubungan dengan kecemasan berbicara secara umum, sedangkan penelitian Bahasa Arab lebih banyak mengkaji kecemasan, kepercayaan diri, WTC, dan strategi mengatasinya secara terpisah. Dengan demikian, penelitian berjudul “Peran Regulasi Emosi dalam Meningkatkan Keberanian Peserta Didik Berbicara Bahasa Arab” memiliki posisi yang cukup jelas. Penelitian ini dapat mengisi ruang kajian dengan menghubungkan perspektif psikologi perkembangan peserta didik dengan pembelajaran *mahārah kalām*. Fokusnya bukan hanya melihat seberapa tinggi kecemasan peserta didik, tetapi bagaimana kemampuan peserta didik dalam mengelola emosi dapat mendukung keberanian mereka untuk berbicara. Kebaruan tersebut penting karena proses pembelajaran Bahasa Arab pada dasarnya tidak hanya membentuk kompetensi linguistik, tetapi juga membentuk kesiapan psikologis peserta didik untuk menggunakan bahasa dalam kehidupan nyata.

#### 4 Conclusion/Simpulan

Berdasarkan hasil pembahasan, dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi memiliki peran penting dalam mendukung keberanian peserta didik untuk berbicara Bahasa Arab. Keberanian berbicara tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan linguistik, tetapi juga oleh kondisi psikologis peserta didik, seperti kecemasan, rasa takut melakukan kesalahan, rasa malu, kepercayaan diri, motivasi, dan kesiapan untuk berkomunikasi. Kemampuan peserta didik dalam mengenali, mengendalikan, dan mengarahkan emosinya secara adaptif dapat membantu mengurangi hambatan psikologis sehingga peserta didik lebih mampu mengambil kesempatan untuk menggunakan Bahasa Arab secara lisan.

Secara teoretis, temuan ini memperkuat pandangan bahwa pembelajaran Bahasa Arab, khususnya *mahārah kalām*, tidak hanya berkaitan dengan perkembangan kompetensi kebahasaan, tetapi juga dengan perkembangan psikologis peserta didik. Regulasi emosi dapat menjadi salah satu aspek yang menjembatani kondisi emosional peserta didik dengan perilaku komunikatifnya. Dengan kemampuan regulasi emosi yang baik, rasa gugup atau takut tidak harus menghilangkan keberanian untuk berbicara, tetapi dapat dikelola sehingga peserta didik tetap mampu berpartisipasi dalam komunikasi.

Secara praktis, hasil kajian ini menunjukkan pentingnya menciptakan pembelajaran Bahasa Arab yang aman, suportif, dan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berbicara secara bertahap. Guru dapat menerapkan kegiatan *muhadatsah*, *role play*, latihan berbicara secara berulang, *self-talk* positif, serta memberikan koreksi secara konstruktif tanpa mempermalukan peserta didik. Upaya tersebut diharapkan dapat membantu peserta didik mengelola kecemasan, membangun kepercayaan diri, dan meningkatkan keberanian dalam menggunakan Bahasa Arab.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji peran regulasi emosi secara lebih empiris dengan melibatkan peserta didik pada jenjang, lingkungan, dan karakteristik yang berbeda. Penelitian berikutnya juga dapat menggunakan pendekatan kuantitatif, kualitatif, maupun eksperimen untuk mengetahui seberapa besar pengaruh regulasi emosi terhadap keberanian berbicara Bahasa Arab serta menguji efektivitas strategi tertentu dalam meningkatkan kemampuan tersebut. Dengan demikian, kajian mengenai aspek psikologis dalam pembelajaran Bahasa Arab dapat berkembang dan memberikan kontribusi yang lebih kuat bagi pengembangan *mahārah kalām*.

## References/Referensi

- Bielak, J., & Mystkowska-Wiertelak, A. (2024). Emotions and emotion regulation in L2 classroom speaking tasks: A mixed-methods study combining the idiodynamic and quantitative perspectives. *The Modern Language Journal*, 108(3), 688–718. <https://doi.org/10.1111/modl.12950>
- Eriksen, M. B., & Frandsen, T. F. (2018). The impact of patient, intervention, comparison, outcome (PICO) as a search strategy tool on literature search quality: A systematic review. *Journal of the Medical Library Association*, 106(4). <https://doi.org/10.5195/jmla.2018.345>
- Fahri, M., Arrahman, F. P., Albantani, A. M., Mahfuzo, M. R., & Muslimin, M. I. (2024). Investigating the Validity and Reliability of WTC Construct In L2 Arabic: A Case Study. *Ta'lim al-'Arabiyyah: Jurnal Pendidikan Bahasa Arab & Kebahasaaraban*, 8(1), 1–17. <https://doi.org/10.15575/jpba.v8i1.35023>
- Fahri, M., Mahfuzo, M. R., & Badry, A. (2025a). Foreign Language Enjoyment, Self-Efficacy, and Willingness to Communicate: Evidence from Arabic Language Education Students. *Tadris Al-'Arabiyyah: Jurnal Pendidikan Bahasa Arab dan Kebahasaaraban*, 4(2), 144–156. <https://doi.org/10.15575/ta.v4i2.49443>
- Fahri, M., Mahfuzo, M. R., & Badry, A. (2025b). Foreign Language Enjoyment, Self-Efficacy, and Willingness to Communicate: Evidence from Arabic Language Education Students. *Tadris Al-'Arabiyyah: Jurnal Pendidikan Bahasa Arab Dan Kebahasaaraban*, 4(2), 144–156. <https://doi.org/10.15575/ta.v4i2.49443>
- Faudhiki Yusuf, A. H., Saragih, S., & Prasetyo, Y. (2024). Peran regulasi emosi dalam mengurangi kecemasan berbicara di depan umum pada siswa SMA. *JIWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(03). <https://doi.org/10.30996/jiwa.v2i03.11642>
- Furlong, D. E., & Lester, J. N. (2023). Toward a Practice of Qualitative Methodological Literature Reviewing. *Qualitative Inquiry*, 29(6), 669–677. <https://doi.org/10.1177/10778004221131028>
- HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN KELAS PADA SISWA MTS. NURUSSALAM DELI TUA | Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar. (t.t.). Diambil 16 Agustus 2026, dari <https://journal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/32917>
- Ismail, Z., Rasit, N., & Supriyatno, T. (2023). Relationship Between Oral Language Anxiety and Students' Arabic Language Learning Outcomes in Malaysian Secondary Schools. *International Journal of Language Education*, 1(1), 143–161. <https://doi.org/10.26858/ijole.v1i1.37368>
- Kamila, A., Imam Matin, & Muhamad Fahri. (2026). The Effect of Self Talk on Arabic Speaking Anxiety among Students of the Internship Program in the Department of Arabic Language Education at Syarif Hidayatullah State Islamic University Jakarta. *INTIFA: Journal of Education and Language*, 3(1). <https://doi.org/10.62083/intifa.v3i1.279>
- Martin, G. P., Jenkins, D. A., Bull, L., Sisk, R., Lin, L., Hulme, W., Wilson, A., Wang, W., Barrowman, M., Sammut-Powell, C., Pate, A., Sperrin, M., & Peek, N. (2020). Toward a framework for the design, implementation, and reporting of methodology scoping reviews. *Journal of Clinical Epidemiology*, 127, 191–197. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2020.07.014>
- Maryani, N., Ardiansyah, A. A., & Hasan, A. M. (2024). Arabic Language Learners as an Example of Their Willingness to Communicate in a Second Language (L2-WTC) Accomplishment. *Jurnal Al Bayan: Jurnal Jurusan Pendidikan Bahasa Arab*, 16(2), 463. <https://doi.org/10.24042/albayan.v16i2.24312>



- McMeekin, N., Wu, O., Germeni, E., & Briggs, A. (2020). How methodological frameworks are being developed: Evidence from a scoping review. *BMC Medical Research Methodology*, 20(1), 173. <https://doi.org/10.1186/s12874-020-01061-4>
- Mukarom, A. M., Bahrudin, U., & Aziz, A. (2026). Dimensions of Language Anxiety in Students' Speaking Skills and Strategies for Overcoming It: A Case Study of Students in the Arabic Language Education Program in Riau Province. *Asalibuna*, 9(02), 223–240. <https://doi.org/10.30762/asalibuna.v9i02.8174>
- Naziha, S., & Falah, M. F. (t.t.). *KECEMASAN BERBICARA BAHASA ARAB MAHASISWA PENDIDIKAN BAHASA ARAB*.
- Pawi, M. R., Abidin, M., & Yurisa, P. R. (2026). The Effect Of Mindfulness Training On Reducing Anxiety In Arabic Speaking Among Students At MTs Wahid Hasyim 1 Dau Malang. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 11(01), 104–117. <https://doi.org/10.23969/jp.v11i01.40877>
- Rahmawati Rahmawati, Zakiyah, Z., Massofia, F. D., Wahyuni, A. S., & Gustian, N. (2026). Willingness to Communicate in Arabic Among Secondary Islamic Boarding School Students in Cambodia: A Mixed-Methods Study. *Nazhruna: Jurnal Pendidikan Islam*, 9(2), 330–349. <https://doi.org/10.31538/nzh.v9i2.338>
- Said, A. S., & Saleh, Z. (t.t.). *THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONFIDENCE AND WILLINGNESS TO COMMUNICATE IN ARABIC LANGUAGE LEARNING PROCESS*.
- Segaf Baharun. (2025). Pendekatan Repetitif melalui Hafalan Kitab Muḥāwarah untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Berbicara Bahasa Arab. *JICALLS: Journal of Arabic Education, Linguistics, and Literature Studies*, 3(1), 15–33. <https://doi.org/10.51214/jicalls.v3i1.1344>
- Shaharuddin, H. N., Yahaya, H., Abdelhamid, I. Y., Hatta Shafri, M., & Najwa, N. (2024). The Level of Student Anxiety in Arabic Speaking Skills. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, VIII(VIII), 2563–2571. <https://doi.org/10.47772/IJRISS.2024.8080195>
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333–339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
- Solehudin, M. & Nur Hanifansyah. (2024). Arabic Public Speaking in Malaysia: Enhancing Vocabulary and Confidence through Psycholinguistics. *International Journal of Arabic Language Teaching*, 6(02), 143–156. <https://doi.org/10.32332/ijalt.v6i02.9920>.