

GAMBARAN KECEMASAN SISWA SMP DALAM MENGHADAPI PELAJARAN MATEMATIKA

Ika Wahyu Pratiwi

Fakultas Psikologi Universitas Borobudur

ikawahyupratiwi@borobudur.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kecemasan siswa SMP dalam menghadapi pelajaran Matematika. Subjek dalam penelitian ini adalah 133 siswa kelas VII SMPN 234 Jakarta Timur. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 62 siswa (46.6%) siswa memiliki kecemasan Matematika rendah dan 71 siswa (53.4%) memiliki kecemasan Matematika tinggi. Selanjutnya, berdasarkan hasil tabulasi silang kecemasan Matematika ditemukan bahwa siswa berjenis kelamin laki-laki (62,71%) memiliki kecemasan lebih tinggi dibandingkan dengan siswa perempuan (54.05%). Berdasarkan hasil tabulasi silang antara kecemasan Matematika dengan prestasi belajar Matematika ditemukan bahwa siswa dengan prestasi belajar Matematika rendah (53,8%) dan tinggi (52,94%) cenderung memiliki kecemasan Matematika tinggi. Berdasar data tersebut diperlukan upaya dari guru Matematika untuk merancang metode pengajaran yang mampu menurunkan kecemasan siswa dalam Pembelajaran Matematika.

Kata Kunci: kecemasan Matematika, prestasi Matematika, siswa SMP

PENDAHULUAN

Matematika merupakan salah satu mata pelajaran yang tidak hanya membekali siswa dengan kemampuan dalam menggunakan perhitungan atau rumus dalam pengerjaannya namun dengan penguasaan Matematika yang baik melalui penalaran yang logis dan kritis, Matematika membantu individu dalam memecahkan masalah dalam kehidupan sehari-hari. Selanjutnya, menurut Sumardyono dalam Winahyu (2012), Matematika merupakan salah satu mata pelajaran eksak yang penuh dengan tantangan karena melibatkan enam unsur utama, antara lain: (1) memiliki objek kajian pustaka yang abstrak, berupa fakta, operasi (atau relasi), konsep dan prinsip, (2) bertumpu pada kesepakatan, baik berupa simbol-simbol dan istilah maupun aturan dasar (aksioma), (3) berpolapikir deduktif, (4) konsisten dalam sistemnya, (5) memiliki simbol yang kosong dari arti, (6) memperhatikan semesta pembicaraan. Melalui ke enam aspek pembelajaran Matematika tersebut diharapkan para peserta didik untuk mengembangkan kemampuan dalam aspek penyajian, pola pikir, semesta pembicaraan, dan tingkat keabstrakan.

Namun pada kenyataannya tidak semua peserta didik mampu mengembangkan enam unsur utama dalam pembelajaran Matematika. Siswa pada umumnya menganggap bahwa pembelajaran Matematika

Gambaran Kecemasan Siswa SMP dalam Menghadapi Pelajaran Matematika

merupakan pelajaran yang sulit dikarenakan beberapa hal, antara lain: 1) rendahnya kemampuan dalam berpikir kritis; 2) rendahnya aspek kognitif dan sikap (attitude) terhadap Matematika; 3) rendahnya motivasi dalam mempelajari Matematika; dan 4) Matematika dianggap sebagai pelajaran yang kurang menarik dan tidak menyenangkan. Secara lebih lanjut, Yuliani (2017) juga mengemukakan bahwa Matematika dianggap sulit oleh siswa dikarenakan kurangnya penerapan mata pelajaran Matematika dalam kehidupan sehari-hari .. Selanjutnya, menurut data dari *National Center for Education Statistic* (NCES) tahun 2003 menunjukkan bahwa prestasi belajar Matematika siswa Indonesia termasuk rendah berada pada peringkat 39 dari 41 negara, tepatnya di bawah Thailand dan Uruguay.

Salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan pembelajaran Matematika adalah kecemasan siswa dalam proses pembelajaran Matematika. Nevid, Rathus, & Greene (2003) mengemukakan bahwa kecemasan adalah keadaan apprehensi atau keadaan khawatir pada seseorang yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Siswa yang menunjukkan kecemasan dalam pelajaran Matematika akan menunjukkan berbagai tanggapan emosional apabila siswa dihadapkan dengan masalah-masalah yang berkaitan dengan pemecahan soal Matematika. Kemudian, Sue dalam Sugiarno, Priyanto, dan Riyanti (2017) mengemukakan bahwa kecemasan dicirikan melalui 4 komponen, antara lain: 1) secara kognitif, dapat bervariasi dari rasa khawatir yang ringan sampai panik dan apabila terus berlanjut dapat mengakibatkan sulit berkonsentrasi, sulit mengambil keputusan dan lebih jauh lagi akan mengakibatkan insomnia; 2) Secara afektif, individu yang mengalami kecemasan akan lebih mudah tersinggung, gelisah, atau tidak tenang, dan lebih jauh lagi dapat mengakibatkan depresi; 3) Secara motorik, individu yang mengalami kecemasan akan gemetar sampai dengan guncangan tubuh yang cukup berat, gugup, dan terbata-bata dalam berbicara.

Secara lebih lanjut, apabila kecemasan siswa dalam pembelajaran Matematika tidak mampu dikelola dengan baik maka dapat berpengaruh pada prestasi belajar Matematika. Suparjo (2007) mengemukakan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan siswa, maka semakin rendah prestasi belajar Matematika nya, begitu pula sebaliknya semakin rendah kecemasan siswa, maka semakin tinggi prestasi belajar Matematika nya. Secara lebih lanjut, saat ini dunia sedang memasuki wabah pandemi Covid 19, tidak terkecuali Indonesia, dan hal tersebut berdampak dalam bidang pendidikan, salah satunya adalah proses pembelajaran dilaksanakan secara daring baik dari tingkat Sekolah Dasar hingga Siswa Menengah Atas. Proses pembelajaran sebelum pandemi Covid 19 melanda telah mengacu pada kurikulum 2013, di mana siswa dituntut untuk lebih aktif dalam proses pembelajaran, sedangkan guru lebih ditekankan sebagai fasilitator atau dengan kata lain paradigma Student Center Learning (SCL) sudah diterapkan melalui kurikulum 2013 tersebut, namun saat pandemi Covid melanda pada akhirnya membuat siswa benar-benar dituntut untuk belajar secara mandiri sedangkan berkomunikasi dengan guru atau temannya hanya dapat melalui media daring. Berdasar hal tersebut, tidak heran siswa memiliki rasa cemas

Gambaran Kecemasan Siswa SMP dalam Menghadapi Pelajaran Matematika

dikarenakan tidak sepenuhnya menguasai materi pembelajaran, tidak terkecuali pada pembelajaran Matematika.

Mutiah (2020) mengemukakan bahwa salah satu penyebab yang menjadikan siswa memiliki rasa cemas dalam pembelajaran Matematika adalah pengetahuan yang ditangkap oleh siswa secara tidak sempurna. Matematika merupakan pengetahuan yang objektif yang diproses melalui langkah-langkah panjang dari ide-ide para ilmuwan dan pada umumnya guru mengajar Matematika tanpa memberi penjelasan bagaimana langkah-langkah menemukan rumus yang akan digunakan siswa dalam menghitung. Jikalau pun guru memberitahukan kepada siswa langkah-langkah dalam menemukan rumus, guru hanya meniformasikan seadanya saja. Hal tersebut berdampak pada pengetahuan yang dimiliki oleh siswa dan ilmuwan menjadi jauh, akibatnya pengetahuan yang seharusnya siswa ketahui banyak yang tidak tersampaikan. Pengetahuan yang tidak tersampaikan tersebut lah membuat belajar Matematika menjadi semakin abstrak, yang diakibatkan siswa terpaksa menghafal rumus Matematika.

Berdasar pada hasil wawancara peneliti pada perwakilan siswa kelas VII di SMPN 234 Jakarta Timur, ditemukan bahwa: 1) Pada proses pembelajaran Matematika sebelum adanya wabah pandemi Covid 19, siswa dapat bertanya langsung kepada guru dan teman-temannya apabila ada materi yang belum bisa dipahami, namun saat pandemi datang, dan pembelajaran dilaksanakan secara daring, apabila siswa belum paham akan materi Matematika yang diberikan, siswa cenderung diam dan berusaha mengerjakan sesuai dengan kemampuannya; 2) Ketika pembelajaran dilakukan melalui aplikasi video conference, siswa cenderung tidak fokus, dikarenakan terdistraksi dengan koneksi internet, suara yang terputus-putus dan bahkan materi yang ditayangkan oleh guru pada layar video conference sering buram, hingga siswa menjadi tidak paham akan pengaplikasian rumus Matematika, dan pada akhirnya siswa lebih mudah stres dan gugup saat belajar Matematika; 3) Telah tertanamnya pemikiran siswa, bahwa pelajaran Matematika merupakan pelajaran yang sulit dikarenakan harus menghafal banyak rumus dan banyak materi yang harus mereka pahami, dan pada akhirnya siswa lebih mudah kehilangan konsentrasi dan gugup saat belajar Matematika.

Berdasar pada kondisi siswa terhadap pembelajaran Matematika, apabila rasa cemas terus dibiarkan maka akan berdampak pada prestasi belajar Matematika nya. Penelitian yang dilakukan oleh Santoso dalam Suparjo (2007), terdapat korelasi yang negatif yang signifikan antara tingkat kecemasan dan prestasi belajar Matematika, semakin tinggi tingkat kecemasan siswa, maka semakin rendah prestasi belajar Matematikanya, begitu pula sebaliknya semakin rendah tingkat kecemasan siswa, maka semakin rendah prestasi belajar Matematika nya.

Secara lebih lanjut, berdasar pada hasil raport pengetahuan siswa SMPN 234 Jakarta Timur, ditemukan bahwa; 1) Nilai rata-rata Matematika siswa kelas VII pada tahun akademik 2019/2020 semester genap adalah 73, sedangkan pada tahun akademik 2020/2021 semester ganjil ditemukan bahwa

Gambaran Kecemasan Siswa SMP dalam Menghadapi Pelajaran Matematika

nilai rata-rata Matematika siswa adalah 61; 2) Nilai rata-rata Matematika siswa kelas VIII pada tahun akademik 2019/2020 semester genap adalah 72, sedangkan pada tahun akademik 2020/2021 semester ganjil ditemukan bahwa nilai rata-rata Matematika siswa adalah 71; 3) Nilai rata-rata Matematika siswa kelas IX pada tahun akademik tahun akademik 2020/2021 semester ganjil ditemukan bahwa nilai rata-rata Matematika siswa adalah 71. Berdasar data nilai raport pengetahuan Matematika, maka dapat disimpulkan adanya penurunan nilai sebelum wabah pandemi covid dan saat pandemi Covid 19 terjadi, terutama pada kelas VII.

Kemudian, kecemasan Matematika tidak dikatakan menjadi masalah dikarenakan kecemasan merupakan salah satu cara dalam memotivasi siswa untuk giat belajar, namun masih dalam tingkatan tertentu. Kecemasan dengan batas yang wajar dapat dianggap sebagai nilai positif karena dapat dijadikan motivasi bagi siswa, namun apabila kecemasan memiliki intensitas yang tinggi akan berdampak negatif karena dapat menimbulkan gangguan fisik dan psikis pada siswa yang bersangkutan (Riadi dalam Fadilah, 2019). Secara lebih lanjut, berdasar penelitian yang dilakukan oleh Sugiarno, Priyatno, dan Riyanti (2017) dengan judul “Tingkat dan faktor kecemasan Matematika pada siswa SMP ditemukan bahwa dari 38 siswa kelas VIII D di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Sungai Raya tahun pelajaran 2016/2017 dalam mata pelajaran pythagoras, ditemukan bahwa sebanyak 19 siswa mengalami tingkat kecemasan Matematika berat dan 19 siswa mengalami tingkat kecemasan Matematika sedang. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Fadilah (2019) dengan judul “Analisis Tingkat Kecemasan Matematika Siswa SMP”. Hasil penelitian ini adalah keadaan kecemasan matematis siswa SMP Negeri di Kecamatan Klari berada pada kondisi 9.8% berada pada tingkatan yang sangat tinggi, 41.5% berada pada tingkat tinggi, 29.3% berada pada tingkat rendah, dan pada tingkat sangat rendah.

Berdasar pada fenomena tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Kecemasan Siswa SMP Dalam Menghadapi Pelajaran Matematika”. Manfaat dari penelitian ini adalah dapat memberikan gambaran tingkat kecemasan siswa kepada guru dan sekolah, sehingga guru dan pihak sekolah dapat mengupayakan usaha dalam mengurangi kecemasan Matematika siswa dalam menghadapi mata pelajaran Matematika.

LANDASAN TEORI

Kecemasan Matematika

Navid, Ratus. & Greene (2005) mengemukakan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan khawatir akan adanya hal buruk yang akan segera terjadi. Kemudian Francis (2009) mengemukakan bahwa kecemasan merupakan sebagai suatu kekhawatiran akan hal tertentu pada objek yang bersifat spesifik. Secara lebih lanjut, APA (*Association Psychology of America*) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan keadaan suasana perasaan yang ditandai dengan gejala-gejala jasmani seperti ketegangan fisik

Gambaran Kecemasan Siswa SMP dalam Menghadapi Pelajaran Matematika

dan kekhawatiran tentang masa depan. Berdasar hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah suasana perasaan khawatir terhadap hal buruk yang akan terjadi di masa mendatang.

Kecemasan yang dirasakan oleh siswa dalam pembelajaran Matematika dapat disebut dengan kecemasan Matematika (*Mathematics Anxiety*). Kecemasan Matematika tidak hanya dirasakan siswa saat di sekolah saja, namun juga saat belajar Matematika di rumah. Apabila hal tersebut dibiarkan secara berlarut-larut maka dapat mempengaruhi prestasi belajar Matematika siswa, karena secara tidak langsung siswa telah memiliki persepsi bahwa Matematika merupakan pelajaran yang sulit.

Secara lebih lanjut, Priyatno (2016) mengemukakan bahwa perilaku kecemasan siswa SMP dalam menghadapi pelajaran Matematika antara lain: 1) Sebagian besar siswa merasakan detak jantung yang tidak teratur, sakit kepala, panik, dan khawatir, memiliki rasa tidak mampu dalam menyelesaikan tugas matematika dan tidak yakin terhadap jawaban yang telah siswa berikan; 2) Sebagian besar siswa mendapatkan pandangan yang negatif dari orang-orang yang berada disekitarnya; 3) Sebagian besar siswa merasa takut terhadap guru Matematika; 4) Sebagian besar siswa merasa tidak nyaman saat belajar Matematika; 5) Sebagian besar siswa merasa bahwa gaya bahasa yang digunakan guru pelajaran Matematika cukup sulit dimengerti; 6) sebagian siswa sulit memahami simbol-simbol Matematika yang terdapat dalam pelajaran Matematika; 7) sebagian siswa kurang mampu dalam mengoperasikan bilangan; 8) Sebagian siswa merasa takut bertanya kepada guru mengenai materi yang belum dipahami.

Aspek-Aspek Kecemasan

Navid, Rathus, & Greene (2005), kecemasan memiliki tiga aspek, yaitu:

1. Fisik

Aspek fisik dari kecemasan meliputi kegelisahan, kegugupan tangan atau anggota tubuh bergetar; kepala terasa terikat, kekencangan pada pori-pori kulit perut dan dada, keringat berlebihan, telapak tangan berkeringat, pusing, mulut, dan kerongkongan terasa kering, sulit berbicara, sulit bernapas, jantung berdebar keras, atau berdetak kencang, suara yang bergetar, jari-jari anggota tubuh menjadi dingin, merasa lemas, sulit menelan, kerongkongan terasa tersekat, leher atau punggung terasa kaku atau tercekik, timbulnya gangguan perut atau mual, panas dingin, sering buang air kecil, wajah terasa memerah, diare.

2. Perilaku

Aspek perilaku dari kecemasan antara lain menghindari, sensitif, mudah marah, dan mudah terguncang.

3. Kognitif

Aspek kognitif dari kecemasan antara lain rasa khawatir, perasaan terganggu, ketakutan menghadapi sesuatu yang akan terjadi di masa depan, memiliki keyakinan bahwa suatu yang

Gambaran Kecemasan Siswa SMP dalam Menghadapi Pelajaran Matematika

mengerikan akan segera terjadi tanpa adanya penjelasan yang jelas, terancam oleh peristiwa yang tidak penting, rasa takut tidak mampu dalam menghadapi masalah, berfikir negatif, berikir bahwa segala hal sulit dan tidak bisa diatasi, memiliki pikiran yang campur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi, dan sulit untuk fokus.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif di mana ditujukan untuk menggambarkan fenomena yang ada, yang berlangsung saat ini atau saat lampau dengan tidak mengadakan manipulasi atau perubahan pada variabel-variabel bebas, namun menggambarkan suatu kondisi apa adanya (Sukmadinata, 2012).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa/siswi kelas VII SMPN 234 Jakarta Timur. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 133 siswa. Sampel dipilih dengan menggunakan teknik simple random sampling. Azwar (2012) mengemukakan bahwa pengambilan sample dengan cara random sederhana hanya layak dilakukan dari suatu populasi yang kondisinya relatif homogen. Data diperoleh melalui pertanyaan berupa angket untuk mengukur tingkat kecemasan Matematika sebanyak 20 pernyataan. Angket kecemasan Matematika di dalam penelitian ini diadopsi dari angket penelitian yang disusun oleh Nurmila (2016) dengan rentang validitas 0.324-0.818 dan reliabilitas sebesar 0.876.

Penskoran jawaban dari skala kecemasan menggunakan skala likert yang terdiri dari empat pilihan alternatif jawaban dalam setiap pernyataan, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Secara lebih lanjut, data diolah secara statistik dengan menentukan tabel frekuensi sehingga diperoleh mean dan standar deviasinya. Sementara dalam menggambarkan tingkat kecemasan matematis dilakukan pengkategorian sebagai berikut:

Tabel 1. Norma Kategori

Kriteria Skor	Kategori
$X > \text{Mean} + \text{SD}$	Tinggi
$\text{Mean} - \text{SD} \leq X \leq \text{Mean} + \text{SD}$	Sedang
$X < \text{Mean} - \text{SD}$	Rendah

ANALISIS DAN HASIL

A. Gambaran Umum Subjek Penelitian

Penelitian ini mengambil sampel uji coba sebanyak 133 siswa kelas VII di SMPN 234 Jakarta Timur. Dengan gambaran subjek penelitian sebagai berikut.

Gambaran Kecemasan Siswa SMP dalam Menghadapi Pelajaran Matematika

1. Jenis Kelamin

Berdasarkan seluruh subjek penelitian yang digunakan, dari 133 siswa terdiri dari 59 (44%) subjek laki-laki dan 74 (56%) subjek perempuan. Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa siswa kelas VII SMPN 234 Jakarta Timur di dominasi oleh siswa perempuan.

2. Usia

Berdasar pada usia subjek penelitian yang berjumlah 133 siswa SMPN 234 Jakarta Timur, usia 12 tahun berjumlah 7 siswa (5%), usia 13 tahun berjumlah 72 siswa (54%) usia 14 tahun berjumlah 52 siswa (39%), dan usia 15 tahun berjumlah 2 siswa (2 %). Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan siswa dengan usia 13 tahun paling banyak dibandingkan usia lain yang berada di SMPN 234 Jakarta Timur.

B. Gambaran Umum Kecemasan

Tabel 2. Uji Deskriptive Statistik

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
KCMSN	133	33.00	78.00	54.5714	7.26687
Valid N (listwise)	133				

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 133 siswa, nilai mean sebesar 54.5714. Nilai minimum sebesar 33.00 dan nilai maksimum sebesar 78.00, dengan nilai standar deviasi sebesar 7.26687. Selanjutnya untuk mengetahui tinggi rendahnya variabel kecemasan Matematika, maka peneliti membuat norma menjadi dua kategori yaitu tinggi dan rendah. Adapun kriteria norma, interval dan kategori, peneliti mengacu pada skor mean.

Tabel 3. Kategori Siswa Berdasar Norma Kecemasan Matematika

Kategori	Subjek	Prosentase
Rendah	62	46.6%
Tinggi	71	53.4%

Berdasar pada tabel 3 terlihat bahwa siswa yang memiliki kecemasan Matematika rendah sebesar 46.6% dengan jumlah siswa 62 orang, dan yang memiliki kecemasan Matematika tinggi sebesar 53.4% dengan jumlah siswa 71 orang. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa dengan

Gambaran Kecemasan Siswa SMP dalam Menghadapi Pelajaran Matematika

kecemasan Matematika tinggi lebih banyak daripada siswa yang memiliki kecemasan Matematika rendah.

C. Gambaran Umum Kecemasan Berdasar Pada Prestasi belajar Matematika

Tabel 4. Uji Deskriptive Statistik

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PRESMAT	133	10.00	95.00	65.6842	14.98503
Valid N (listwise)	133				

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 133 siswa, nilai mean sebesar 65.6842. Nilai minimum sebesar 10.00 dan nilai maksimum sebesar 95.00, dengan nilai standar deviasi sebesar 14.98503. Selanjutnya untuk mengetahui tinggi rendahnya prestasi belajar Matematika, maka peneliti membuat norma menjadi dua kategori yaitu tinggi dan rendah. Adapun kriteria norma, interval dan kategori, peneliti mengacu pada skor mean.

Tabel 5. Kategori Siswa Berdasar Norma Prestasi belajar Matematika

Kategori	Subjek	Prosentase
Rendah	65	48.9%
Tinggi	68	51.1%

Berdasar pada tabel 3 terlihat bahwa siswa yang memiliki prestasi belajar Matematika rendah sebesar 48.9% dengan jumlah siswa 65 orang, dan yang memiliki prestasi belajar Matematika tinggi sebesar 51.1% dengan jumlah siswa 68 orang. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa dengan prestasi belajar Matematika tinggi lebih banyak daripada siswa yang memiliki prestasi belajar Matematika rendah.

D. Tabulasi Silang Kecemasan Matematika Berdasarkan Data Penunjang

1. Tabulasi Silang Kecemasan Matematika Berdasarkan Jenis Kelamin

Gambaran tingkat kecemasan Matematika siswa berdasar pada jenis kelamin pada sampel penelitian dapat dilihat melalui perhitungan crosstabs pada tabel 4 berikut ini:

Gambaran Kecemasan Siswa SMP dalam Menghadapi Pelajaran Matematika

Tabel 6. Tabulasi Silang kecemasan Matematika dengan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Kecemasan Matematika				Jumlah
	Rendah	%	Tinggi	%	
Laki-Laki	22	37.29%	37	62.71%	59
Perempuan	40	54.05%	34	45.95 %	74
Total	62		71		133

Berdasar pada tabel 6, terlihat bahwa sebanyak 37 siswa (62,71%) cenderung memiliki kecemasan Matematika tinggi, sedangkan 22 siswa (37,29 %) memiliki kecemasan Matematika rendah. Kemudian 40 siswa berjenis kelamin perempuan (54.05%) memiliki kecemasan Matematika yang rendah, dan 34 siswa (45,95%) perempuan memiliki kecemasan tinggi. Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa siswa berjenis kelamin laki-laki (62,71%) paling banyak memiliki kecemasan tinggi dibandingkan siswa perempuan (54,05%).

2. Tabulasi Silang Kecemasan Matematika dengan Prestasi Belajar Matematika

Gambaran tingkat kecemasan Matematika berdasarkan prestasi belajar Matematika pada sampel penelitian dapat dilihat dengan menggunakan perhitungan tabulasi silang pada tabel berikut:

Tabel 7. Tabulasi Silang Kecemasan Matematika dengan Prestasi belajar Matematika

Prestasi belajar Matematika	Kecemasan Matematika				Jumlah
	Rendah	%	Tinggi	%	
Rendah	30	46.15%	35	53.8%	65
Tinggi	32	47.05%	36	52.94%	68
Total	62		71		133

Berdasarkan pada tabel 7, terlihat bahwa siswa dengan prestasi belajar Matematika rendah sebanyak 35 siswa (53.8%) cenderung memiliki kecemasana Matematika tinggi dan 30 siswa (46,15%) cenderung memiliki kecemasan rendah. Selanjutnya, siswa dengan prestasi belajar Matematika tinggi sebanyak 36 siswa (52.94%) memiliki kecemasan yang tinggi dan 32 siswa (47,05%) cenderung memiliki kecemasan Matematika rendah. Berdasarkan hasil tabulasi silang antara kecemasan Matematika dengan prestasi belajar Matematika ditemukan bahwa

Gambaran Kecemasan Siswa SMP dalam Menghadapi Pelajaran Matematika

siswa dengan prestasi belajar Matematika rendah (53,8%) dan tinggi (52,94%) cenderung memiliki kecemasan Matematika tinggi.

PEMBAHASAN

Berdasar hasil analisis data terlihat bahwa kecemasana Matematika dari 133 siswa , ditemukan bahwa 62 siswa (46.6%) siswa memiliki kecemasan Matematika rendah dan 71 siswa (53.4%) memiliki kecemasan Matematika tinggi. Selanjutnya, berdasar hasil analisis data terlihat pula prestasi belajar Matematika dari 133 siswa, ditemukan bahwa 65 siswa (48.9%) memiliki prestasi belajar Matematika rendah sedangkan 68 siswa (51.1%) memiliki prestasi belajar Matematika tinggi.

Kemudian berdasar hasil tabulasi silang kecemasan Matematika dengan jenis kelamin, ditemukan bahwa 37 siswa (62.71%) berjenis kelamin laki-laki cenderung memiliki kecemasan Matematika tinggi dibandingkan 49 siswa (54.05%) berjenis kelamin perempuan yang memiliki kecemasan Matematika rendah. Secara lebih lanjut, berdasar hasil tabulasi silang kecemasan Matematika dengan prestasi belajar Matematika ditemukan bahwa 35 siswa (53.8%) dengan prestasi belajar Matematika rendah dan 36 siswa (52.94%) dengan prestasi belajar Matematika tinggi cenderung sama-sama memiliki kecemasan tinggi.

Berdasar keseluruhan dari hasil analisis data tersebut maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan Matematika tidak selalu memiliki dampak negatif bagi siswa, namun pula dapat berdampak positif bagi siswa di mana dengan adanya kecemasan terhadap pembelajaran Matematika pada akhirnya mendorong siswa untuk belajar lebih serius agar bisa mendapatkan nilai yang baik pada pelajaran Matematika atau dengan kata lain kecemasan Matematika dapat meningkatkan motivasi siswa untuk bisa belajar lebih serius dibanding sebelumnya. Hal tersebut sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Corey (2013) yang menyatakan bahwa kecemasan pada dasarnya bukan sesuatu yang patologis, sebab kecemasan pada dasarnya dapat menjadi tenaga motivasional yang kuat di mana kecemasan sebenarnya merupakan akibat dari kesadara atas tanggung jawab. Kecemasan belajar pada akhirnya akan membangkitkan semangat siswa untuk lebih rajib belajar.

Secara lebih lanjut, Sudrajat dalam Erlamsyah (2013) terdapat tiga faktor yang menjadi penyebab tingginya kecemasan siswa, antara lain: 1) Faktor kurikulum, meliputi; capaian kurikulum yang terlalu tinggi, situasi pembelajaran yang kompetitif di kelas, pemberian tugas yang banyak, dan ketatnya sistem penilaian; 2) Faktor guru, antara lain sikap yang kurang bersahabat (galak, judes, dan terlalu tegas) serta kurangnya kompetensi pedagogic guru dalam mengajarkan soal Matematika; dan 3) Faktor manajemen sekolah, yang meliputi penerapan disiplin sekolah yang lebih mengedepankan hukuman, iklim sekolah yang kurang bersahabat, dan sarana prasarana belajar yang sangat terbatas.

Gambaran Kecemasan Siswa SMP dalam Menghadapi Pelajaran Matematika

Kecemasan selain dipengaruhi oleh faktor eksternal, dapat terjadi karena faktor internal siswa. Elliot dalam Saputra (2014) mengemukakan bahwa terdapat tiga karakter individu yang merasa cemas dalam pembelajaran Matematika, antara lain; 1) Individu yang hapal Matematika namun kesulitan dalam mengaplikasikan konsep yang diperoleh (*the mathematics memorizer*); 2) Individu yang menghindari Matematika (*the mathematic avoider*); dan 3) Individu yang merasa tidak kompeten dalam bidang studi Matematika (*the self professed mathematic incompetence*).

Kemudian, Saputra (2014) mengemukakan bahwa para peneliti dari University of Chicago menemukan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara keberhasilan dalam mengerjakan soal Matematika dengan aktivitas dan jaringan area otak di lobus frontal dan parietal yang terlibat dalam mengontrol perhatian dan reaksi emosional negatif. Berdasarkan studi tersebut, maka hal yang dapat dilakukan oleh siswa yang memiliki kecemasan Matematika tinggi adalah menarik nafas sebelum mengerjakan sesuatu yang dapat membantu seseorang menjadi lebih fokus untuk belajar Matematika.

Secara lebih lanjut, upaya yang dapat dilakukan oleh guru dalam membantu siswa mengurangi kecemasan dalam pembelajaran Matematika antara lain; 1) Guru dapat menjelaskan secara rasional kepada siswa fungsi penting dalam belajar Matematika; 2) Dalam mengajar Matematika, guru dapat memberikan contoh-contoh penerapan matematik dalam kehidupan sehari-hari; dan 3) Guru dapat mengeksplorasi berbagai metode dalam pembelajaran Matematika dan menciptakan suasana yang rileks pada siswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasar hasil penelitian dan pembahasan maka diperoleh beberapa kesimpulan antara lain; 1) Dari 133 siswa kelas VII SMPN 234 Jakarta, 71 (53.4%) siswa memiliki kecemasan Matematika tinggi, dan 62 (46.6%) siswa memiliki kecemasan Matematika rendah; 2) Berdasarkan hasil tabulasi silang kecemasan Matematika dengan jenis kelamin ditemukan bahwa siswa laki-laki (62,71%) cenderung memiliki kecemasan tinggi dibandingkan dengan siswa perempuan (54,05%). Kemudian, berdasar hasil tabulasi silang antara kecemasan Matematika dengan prestasi belajar Matematika ditemukan bahwa siswa (53.8%) dengan prestasi belajar Matematika rendah (53,8%) dan tinggi (52,94%) cenderung memiliki kecemasan Matematika tinggi. Berdasarkan data tersebut, maka bagi siswa yang memiliki kecemasan Matematika tinggi, siswa dapat melakukan relaksasi sebelum belajar Matematika agar bisa lebih tenang terlebih dahulu, salah satunya adalah dengan mengambil nafas dalam, selain itu guru dapat membantu siswa mengurangi kecemasan dalam pelajaran Matematika dengan mencoba beberapa metode pembelajaran baru yang lebih menyenangkan dan dapat diterima siswa dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Association Psychology of America*. 2017. Pengertian Kecemasan. Di unduh dari <https://www.apa.org/search?query=define%20of%20anxiety>
- Azwar, S. 2012. Metodologi penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Corey, G. 2013. Teori dan praktek konseling dan psikoterapi: Bandung: PT Refika Aditama.
- Erlamsyah. 1997. Hubungan antara kecemasan dalam belajar dengan motivasi belajar siswa. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 2(1), 1-6.
- Fadilah, N. N. 2019. Analisis tingkat kecemasan matematik siswa SMP. *Jurnal Unsika*, 459-467.
- Francis, T. 2009. *Psychology of adjustment and human relationship*. New York: McGraw Hill Book Company.
- Mutiah. 2020. Analisis kecemasan siswa SMP Negeri 12 Malang kelas VIII dalam pembelajaran Matematika (Skripsi dipublikasikan). Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Malang, Malang.
- National Center for Education Statistic. 2003. *The Condition of education*. Washington DC:National Center for Education Statistics.
- Navid, S., Rathus, S., & Greene, B. 2003. Psikologi abnormal (Ed.5). Jakarta: Erlangga.
- Priyanto, D. 2016. Tingkat dan faktor kecemasan siswa SMP (Skripsi dipublikasikan). Universitas Tanjung Pura, Pontianak.
- Saputra, P. R. 2014. Kecemasan Matematika dan cara menguranginya. *Phytagoras*, 3(2), 75-84.
- Sugiatno, Priyanto, D., & Riaynti, S. 2017. Tingkat dan faktor kecemasan Matematika pada siswa SMP. *Jurnal Untan*, 6(10), 1-12.
- Sukmadinata, N. S. 2012. Metode penelitian pendidikan. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Suparjo, V. P. 2007. Studi deskriptif kecemasan siswa SMP dalam menghadapi pelajaran Matematika (Skripsi dipublikasikan). Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.
- Winahyu. R. R. 2012. Peningkatan prestasi belajar Matematika dengan metode tutor sebaya pada siswa kelas 8 SMP IT Masjid Syuhada Yogyakarta. *Jurnal ilmiah Guru "Cope"*, 2, 19-25.
- Yuliani. R. E. 2017. Desain situasi praktis untuk mengantisipasi kecemasan Matematika siswa dalam pembelajaran konsep Aljabar di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Penelitian Pendidikan Matematika*, 1(2), 105-119.