

STUDENTS' ANXIETY TOWARDS MATHEMATICS

Khairatul Ulya¹⁾, Nurlaila Fazraini¹⁾, Dahliana Lubis¹⁾

¹⁾ Institut Agama Islam Negeri Langsa
e-mail: khairatul.ulya@iainlangsa.ac.id

Abstrak

Artikel ini merupakan review literatur tentang kecemasan matematika pada siswa serta pengaruhnya terhadap kehidupan yang meliputi beberapa gejala, yaitu rasa takut, gelisah, panik, kurang percaya diri, tidak merasa nyaman. Hasil analisis review literature menunjukkan bahwa terdapat beberapa komponen penyebab terganggu fisiologis siswa yang mengalami kecemasan serta delapan solusi untuk mengatasi kecemasan matematika yaitu memberikan pemahaman secara rasional, menanamkan rasa kepercayaan diri, menghilangkan anggapan negatif terhadap matematika, pembelajaran dilakukan dengan berbagai macam metode, mengutamakan konsep, jadikan pembelajaran menyenangkan, menyisipkan matematika pada pembicaraan sehari-hari, dan menanamkan rasa tanggung jawab pada siswa siswa itu sendiri. Lebih lanjut kecemasan kecemasan matematika dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya yaitu ketakutan terhadap pelajaran matematika. Akibatnya, hal tersebut tentu akan mengganggu proses belajar mengajar serta konsentrasi siswa yang berdampak pada hasil belajar siswa.

Kata Kunci: Kecemasan Siswa, Matematika, Hasil Belajar

Abstract

This article is a literature review focuses on students' mathematical anxiety and its influence on students' daily lives including fear, anxiety, panic, lack of confidence, uncomfortable situation. Review analysis result showed that there are some physiological components that disturbing students' anxiety and there are eight solutions to decrease mathematical anxiety, namely providing rational understanding, instilling a sense of self-confidence, eliminating negative assumptions about mathematics, learning is conducted by various methods, prioritizing concepts, making learning fun, inserting mathematics in everyday conversation, and instilling a sense of responsibility in students. Furthermore, mathematical anxiety can be influenced by many factors, one of which is fear of mathematics. As a result, this will certainly disrupt the teaching and learning process and the concentration of students that have an impact on student learning outcomes.

Keywords: Students' Anxiety, Mathematics, Learning Outcome

PENDAHULUAN

Matematika merupakan salah satu mata pelajaran wajib pada setiap jenjang pendidikan. Seringkali matematika dipahami oleh sebagian besar orang adalah ilmu yang rumit, yang identik dengan rumus-rumus yang rumit dan abstrak. Sehingga kebanyakan orang tidak suka akan pelajaran matematika, mereka berpikir bahwa simbol-simbol serta rumus-rumus rumit yang abstrak yang ada dimatematika tidak ada hubungannya di dunia nyata.

Anderson, dkk (1961: 1) menyatakan bahwa matematika merupakan suatu cara berpikir dan pembuktian. Sedangkan Suherman, dkk (2003: 15-16) mengatakan bahwa matematika merupakan ilmu pengetahuan yang diperoleh dengan cara berpikir. Lebih lanjut, Sriraman & English (2010: 214) mendefinisikan matematika sebagai suatu aktivitas manusia dan akibat dari aktivitas ini dapat dirasakan secara objektif dari setiap objek matematika.

Dibalik pentingnya matematika di dalam setiap kehidupan manusia, terdapat suatu permasalahan yang sering terjadi dikalangan pelajar. Permasalahan tersebut yaitu kecemasan terhadap matematika. Dalam penerapan pengajaran di sekolah kita sering melihat bahwa siswa matematika menganggap matematika sebagai pelajaran yang menakutkan, siswa sering cemas apabila dihadapkan dengan soal atau permasalahan matematika. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sugiatno Dkk, dalam jurnal "Tingkat dan Faktor Kecemasan Matematika pada Siswa Sekolah Menengah Pertama". Ia menyatakan bahwa sebagian besar siswa merasakan detak jantung yang tidak teratur, sakit kepala, panik, khawatir, ketidakmampuan mengatasi persoalan matematika dan ketidak yakinan akan jawaban yang telah siswa berikan. Kecemasan siswa tersebut disebabkan oleh kesulitan dalam memecahkan soal matematika, siswa sudah menganggap matematika menjadi pelajaran yang sulit sehingga mereka kurang percaya diri serta cemas akan jawaban dari soal tersebut.

Mawaddah (2017) mendefinisikan Kecemasan sebagai perasaan normal yang dialami oleh seseorang saat berada pada suatu tekanan atau stress dalam menghadapi suatu situasi. Richardson and Suinn (cited in Cavanagh & Sparrow) mendefinisikan kecemasan matematika sebagai perasaan-perasaan ketegangan dan kecemasan yang menyebabkan kesalahan dalam angka dan penyelesaian dari problem matematika dalam lingkup luas pada kehidupan sehari-hari dan situasi sekolah. Hal ini sejalan dengan pendapat Joseph dalam Sugiatno, dkk yang mengartikan kecemasan matematika sebagai perasaan kecemasan bahwa

seseorang tidak dapat melakukan sesuatu dengan efisien dalam situasi yang melibatkan penggunaan matematika. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kecemasan matematika adalah perasaan seseorang yang apabila berada pada suatu situasi tertekan ia tidak dapat menyelesaikan suatu persoalan matematika dengan efisien.

Kecemasan terhadap matematika dapat mengakibatkan dampak buruk terhadap prestasi siswa. Hal ini sejalan dengan penelitian Angreini (2011) yang menunjukkan bahwa hubungan negatif antara kecemasan dengan prestasi belajar matematika sangat erat. Sedangkan Husnul Qausarina, (2016) berpendapat semakin rendah kecemasan matematika siswa semakin tinggi pula hasil belajar matematikanya, begitu juga sebaliknya. Artinya kecemasan matematika yang tinggi akan semakin berpengaruh terhadap prestasi siswa yang menurun. Berdasarkan penelitian Rifin Anditya (2016), presentase siswa yang terbebas dari permasalahan kecemasan matematika sangat kecil. Hal ini berarti rata-rata siswa disekolah apabila dihadapkan dengan persoalan matematika mereka akan mengalami kecemasan.

Berdasarkan uraian di atas, pada gejala kecemasan yang begitu banyak terjadi pada siswa, penulis merasa perlu untuk menganalisis lebih dalam tentang kecemasan siswa dalam menyelesaikan soal matematika.

METODE PENELITIAN

Artikel penelitian dipilih melalui database dari beragam jurnal menggunakan kata kunci "mathematical Anxiety, anxiety, kecemasan matematis, kecemasan". Untuk tujuan mendapatkan hasil penelitian yang terbaru maka pencarian dibatasi tahun 2010-2018.

Langkah selanjutnya adalah memilih artikel untuk dianalisis dengan membaca judul, abstracts dan full texts. Selanjutnya peneliti membuat skema untuk memutuskan menerima atau menolak artikel untuk dianalisis dengan mempertimbangkan kerelevan masalah dan kajian teori, diskusi hasil penelitian dan tahun publikasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Kecemasan Matematika

Kecemasan adalah suatu sikap seseorang yang tidak percaya diri dalam menyelesaikan suatu persoalan yang dianggap sulit. Sering kali kecemasan datang ketika panik atau takut akan suatu hal. Salah satu situasi yang membuat siswa cemas ialah saat menghadapi ujian matematika. Penyebab dari situasi tersebut bisa berbagai hal misalnya karena kurangnya pemahaman siswa, tidak mempelajari ulang materi yang diberikan atau kurangnya persiapan diri dalam menghadapi ujian matematika. Hal tersebut tentu akan berpengaruh terhadap hasil akhir dari ujian tersebut, siswa akan merasa malu karena nilainya buruk.

Yudi Priyani (2013: 18) kecemasan dapat diartikan sebagai keadaan emosional yang mempunyai respon-respon fisiologis maupun psikologis sebagai dampak dari perasaan tidak aman terhadap kemungkinan buruk yang dimungkinkan akan terjadi. Sedangkan Dona dan Ifdil (2016: 94) mengemukakan bahwa kecemasan adalah kondisi emosi dengan timbulnya rasa tidak nyaman pada diri seseorang, dan merupakan pengalaman yang samar-samar disertai dengan perasaan yang tidak berdaya serta tidak menentu yang disebabkan oleh suatu hal yang belum jelas.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah keadaan emosional yang mempengaruhi mental seseorang sehingga menyebabkan perasaan tidak nyaman dan tidak menentu pada suatu hal . Kecemasan itu sendiri terkadang membuat kita merasa kurang percaya diri dalam menghadapi sesuatu. Sering kali perasaan cemas membuat orang berpikir negative terhadap diri sendiri, Ia takut orang menilainya dengan pandangan buruk, mencemooh bahkan menghindarinya, sehingga ia tidak berani melakukan sesuatu yang dianggapnya sulit. Salah satu contohnya ialah cemas terhadap pelajaran matematika.

Menurut Arif Budi Wicaksono dan M. Saufi (2013) kecemasan matematika merupakan bentuk perasaan seseorang baik berupa perasaan takut, tegang ataupun cemas dalam menghadapi persoalan matematika dengan berbagai bentuk gejala yang ditimbulkan. Sejalan dengan itu Atkinson (dalam Supri yanti dkk. 2013) menyatakan kecemasan adalah perasaan tidak menyenangkan yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang-kadang dialami dala tingkatan yang berbeda.

Fatrima Santri Safitri (2017) menyimpulkan bahwa kecemasan matematis adalah suatu perasaan tidak nyaman yang muncul ketika menghadapi permasalahan matematika yang berhubungan dengan ketakutan dan kekhawatiran dalam menghadapi situasi spesifik yang berkaitan dengan matematika. Sedangkan Ricardson dan Suinn (dalam M. Aunurrofiq dan Iwan Junaedi. 2017) menyebutkan kecemasan matematik merupakan tegang dan cemas yang muncul ketika seseorang bekerja dengan angka atau masalah matematika

dalam situasi biasa maupun akademik. Sejalan dengan ricardson dan suinn, Fennema dan Sherman (dalam Wagetama, dkk. 2017) mendefinisikan kecemasan terhadap pelajaran matematika adalah perasaan yang kuat serta melibatkan rasa takut ketika dihadapkan dengan kemungkinan menangani masalah matematika.

Dari pengertian-pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan matematika merupakan perasaan seseorang yang di dalamnya terdapat kekhawatiran, tegang serta rasa takut apabila dihadapan dengan permasalahan matematika.

2. Kecemasan Siswa terhadap Permasalahan Matematika

Matematika merupakan salah satu mata pelajaran wajib yang harus diajarkan pada siswa di sekolah. Pemikiran matematika yang terbentuk oleh siswa dari awal ialah matematika itu sulit serta susah untuk dikerjakan, pemikiran inilah yang menyebabkan siswa cemas bahkan tidak berminat sama sekali apabila mereka dihadapkan dengan persoalan matematika. Menurut Intisari (2016) berdasarkan hasil survey yang didapat bahwa belajar matematika itu sering terjadi hari ini ingat besok dicoba lagi lupa serta memahami matematika sangat tidak cepat dan selalu tidak paham.

Kecemasan adalah suatu sikap seseorang yang tidak percaya diri dalam menyelesaikan suatu persoalan yang dianggap sulit. Moh. Hifni Mubarok (2016: 7) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai keyakinan diri yang berupa perasaan dan anggapan bahwa dirinya dalam keadaan baik sehingga memungkinkan individu tampil dan berperilaku dengan penuh keyakinan.

Pembelajaran matematika disekolah bertujuan untuk membentuk kemampuan siswa dalam bernalar serta berpikir secara logis, sistematis dan memiliki sifat obyektif, jujur, disiplin dalam memecahkan suatu persoalan baik itu matematika atau permasalahan lain yang biasa terjadi di kehidupan sehari-hari. Sayangnya demi mewujudkan tujuan tersebut pembelajaran matematika di sekolah cenderung berfokus pada buku, pembelajaran matematika disekolah seakan-akan hanya tentang rumus, serta hal-hal abstrak yang kurang dipahami oleh siswa, tidak ada konsep serta pemahaman dalam kehidupan sehari-hari yang mempermudah siswa dalam memahami matematika.

Sehingga jika siswa dihadapkan dengan soal matematika siswa akan cemas dengan memikirkan rumus apa yang tepat digunakan untuk persoalan tersebut. Siswa yang tidak memahami konsep matematika serta pemahaman terhadap konsep matematika dalam kehidupan sehari-hari akan sulit dalam memecahkan persoalan matematika. Hal tersebutlah yang membuat siswa cemas, khawatir, serta tidak percaya diri terhadap jawabannya sendiri. Hal ini sejalan dengan penelitian Nawangsari dalam (Muh Ekhsan Rifai, 2014) yang mengatakan siswa yang mengalami kecemasan matematika menunjukkan sikap enggan belajar, merasa rendah diri, merasa tidak ada artinya belajar matematika, kebingungan, gugup, gelisah, khawatir, serta mengalami gangguan fisiologis.

Sugiatno, dkk (2016) menunjukkan hasil penelitiannya tentang kecemasan dari table berikut :

Tabel 1. Kecemasan Matematika Siswa

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi
1	Ringan/rendah	0
2	Sedang	19
3	Berat	19
4	Panik	0
	Jumlah	38

Dari Tabel 1 menunjukkan bahwa kecemasan matematika siswa pada tingkat sedang berjumlah 19 orang, serta pada tingkat kecemasan yang berat sebanyak 19 orang. Maka, secara keseluruhan tingkat kecemasan siswa pada SMP Negeri 1 Sungai Raya kelas VIIID terhadap materi pythagoras memiliki tingkat kecemasan matematika sedang hingga berat.

Tingkat kecemasan matematika juga dapat berpengaruh terhadap nilai prestasi siswa. Hal ini sejalan dengan penelitian Wagetama. I. Disai (2017), dalam penelitiannya berdasarkan hasil uji one sample K-S, ia menyatakan bahwa hasil belajar Matematika atau nilai Matematika subyek tidak terdistribusi secara normal. Dari hasil pengujian Wagetama dapat dilihat bahwa yang menunjukkan nilai $p = 0,002$. Dimensi ini dikatakan tidak normal karena memiliki nilai lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) sebagai ketentuan uji normalitas. Pada pengujian yang kedua kemudian dilakukan pada variabel Kecemasan Matematika. Hasil pengujian ini menunjukkan bahwa variabel Kecemasan Matematika terdistribusi secara normal. Hal tersebut dikarenakan dimensi pada variabel

kecemasan pada pelajaran Matematika memiliki nilai p pada

pengujian Kolmogorov-Smirnov lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$).

Maka, Berdasarkan hasil uji korelasi dengan menggunakan spearman correlation, ia mengetahui bahwa nilai Matematika memiliki hubungan signifikan dengan Kecemasan Matematika. Hal ini diketahui dari nilai $r = -0,196$ dan $p = 0,000 < 0,05$, sehingga dapat dikatakan bahwa ada hubungan signifikan yang negatif antara nilai Matematika siswa atau hasil belajar dengan Kecemasan Matematika. Tingginya tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi kecemasan matematika menyebabkan semakin rendah pula hasil belajar matematika siswa, begitu juga sebaliknya semakin rendah kecemasan Matematika siswa dalam menghadapi pelajaran Matematika maka semakin tinggi hasil belajar Matematika siswa.

Sependapat dengan Sugiatno, Yudi Priani (2013) dalam penelitiannya mengatakan bahwa semakin tinggi kecemasan menghadapi pembelajaran matematika, maka prestasi belajar matematika akan semakin rendah. Ia merangkum hasil penelitiannya dalam table berikut.

Table 2. Rangkuman Hasil Korelasi Parsial dan Regresi Linear Sederhana X_2 Terhadap Y

R_{yx_1}	$R_{yx_2x_1}$	T_{hitung}	Sig.	Konstan	Koefisien	R^2	Ket.
-0,411	-0,267	-2,305	0,024	15,376	-0,127	0,169	Negatif

Dari hasil analisis korelasi, diperoleh nilai koefisien korelasi antara kecemasan menghadapi pembelajaran matematika dan prestasi belajar matematika sebesar $-0,411$ dan nilai koefisien korelasi parsial sebesar $-0,267$. Berarti hubungan antara kecemasan menghadapi pembelajaran matematika (X_2) dengan prestasi belajar matematika (Y) memiliki kriteria kekuatan korelasi yang cukup. Hal tersebut dikarenakan nilai $-0,267$ maupun $-0,411$ berada dalam interval koefisien korelasi $> 0,25 - 0,50$ pada nilai negatif dengan kriteria korelasi cukup.

Nilai koefisien korelasi adalah negatif, sehingga korelasi atau hubungan antara kecemasan menghadapi pembelajaran matematika dengan prestasi belajar matematika bersifat terbalik. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara kecemasan menghadapi pembelajaran matematika dengan prestasi belajar matematika. Artinya, jika semakin tinggi kecemasan menghadapi pembelajaran matematika, maka prestasi belajar matematika akan semakin rendah. Sebaliknya, semakin rendah kecemasan menghadapi pembelajaran matematika, maka prestasi belajar matematika akan semakin tinggi.

Dari penelitian-penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa kecemasan matematika berpengaruh besar terhadap prestasi belajar siswa. Prestasi belajar matematika siswa yang tinggi menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang dialami siswa terhadap permasalahan matematika rendah.

3. Gejala Kecemasan

Kecemasan adalah sikap seseorang yang gelisah dan tidak tenang. Hal ini

diperjelas dengan penelitian (Sugiatno, dkk: 7) dimana banyak siswa yang menunjukkan gejala-gejala kecemasan, seperti raut wajah tegang dan berkomentar bahwa soal yang diberikan sukar, meski belum melihat secara keseluruhan soal yang diberikan. Saat proses pengerjaan soal berlangsung banyak siswa yang memijit-mijit kening, memberi tatapan lelah, mengeluh, bersikap gelisah, menunjukkan sikap kurang percaya diri dan mencoret-coret kertas tapi bukan merupakan solusi dari tes yang diberikan.

Yudi Priyani (2013: 20) mengatakan bahwa kecemasan terdiri dari aspek fisiologis dan aspek psikologis. Aspek fisiologis merupakan tanda atau gejala yang berkaitan dengan kondisi fisik seseorang. Aspek psikologis merupakan tanda atau gejala yang bersifat kejiwaan, meliputi pikiran, perasaan dan sikap. Sedangkan Nur Hidayah dan Adi Atmoko (2014: 92) Membagi kecemasan dalam berbagai aspek yaitu: diamati dari aspek kognitif: sulit konsentrasi, pikiran membingungkan, pikiran yang mengganggu selalu muncul berulang-ulang. Aspek afektif : takut, khawatir, gelisah. Serta pada aspek motorik: gemetar, pusing, telapak tangan berkeringat.

Hal ini sejalan dengan penelitian Sue (dalam Sugiatno, dkk. 2017) telah merincikan kecemasan 4 komponen yaitu: (1) Secara kognitif, dapat bervariasi dari rasa khawatir yang ringan sampai panik. Biasanya bila terus dikhawatirkan bisa mengalami sulit berkonsentrasi, sulit mengambil keputusan dan lebih jauh lagi bisa insomnia (sulit tidur); (2) Secara afektif (perasaan), individu mudah tersinggung, gelisah atau tidak tenang, hingga akhirnya memungkinkan terkena depresi; (3) Secara motorik (gerak tubuh),

seperti gemetar sampai dengan guncangan tubuh yang berat, sering gugup dan kesulitan dalam berbicara; (4) Secara somatik (reaksi fisik dan biologis), dapat berupa gangguan pernafasan, jantung berdebar, berkeringat, tekanan darah tinggi dan gangguan pencernaan serta kelemahan badan seperti pingsan.

Sedangkan menurut Dacey (dalam Arief Budi dan M, Sauki. 2013) menyebutkan bahwa dalam mengenali gejala kecemasan dapat ditinjau melalui tiga komponen, yaitu:

1. Komponen psikologis, komponen psikologis ini dapat berupa perasaan cemas, takut, gugup, tegang, kelisah, cepat terkejut, serta rasa tidak aman.
2. Komponen fisiologis, yaitu berupa telapak tangan berkeringat dingin, emosi gampang terpancing, jantung berdebar, berkurangnya respon kulit terhadap sentuhan dari luar (aliran galvanis), semakin sering melakukan gerakan berulang-ulang tanpa disadari, serta timbulnya gejala fisik (otot), gejala pernafasan, gejala pencernaan.
3. Komponen sosial, Sebuah perilaku yang ditunjukkan oleh individu di lingkungannya. Perilaku itu dapat berupa tingkah laku (sikap) dan gangguan tidur.

Sedangkan Shinta Dwi Handayani (2016:29) menyimpulkan bahwa kecemasan siswa adalah perasaan cemas saat seseorang belajar yang timbul karena adanya tekanan dan ketidakmampuan menghadapi masalah. Kecemasan siswa dalam belajar dicirikan dengan kegelisahan, kekhawatiran, ketakutan yang

tidak mendasar bahwa akan terjadi hal-hal yang tidak diinginkan.

Berdasarkan pendapat yang dikemukakan di atas maka dapat disimpulkan bahwa gejala kecemasan meliputi rasa takut, gelisah, panik, kurang percaya diri, tidak merasa nyaman, serta menyebabkan komponen fisiologis terganggu.

4. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan

Kecemasan merupakan suatu perasaan yang berasal dari diri sendiri, namun tidak dapat dipungkiri bahwa lingkungan sekitar juga membawa pengaruh besar dalam penyebab kecemasan pada diri sendiri. Denhere dan Olanian dan Medinat f. salman (dalam Rifin Anditya, 2016: 10) menunjukkan bahwa faktor-faktor penyebab kecemasan yaitu;

1. Kondisi situasi kelas
Kondisi situasi kelas yang kurang kondusif membuat siswa kesulitan memahami materi pembelajaran terkhususnya matematika, sehingga berdampak buruk pada pemahaman siswa yang rendah. Pemahaman yang rendah akan membuat siswa merasa khawatir tidak mampu untuk mengerjakan soal-soal matematika. Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa kondisi situasi kelas yang kurang kondusif dapat menyebabkan timbulnya kecemasan siswa dikarenakan situasi kelas yang kurang kondusif membuat konsentrasi siswa menjadi terganggu sehingga timbul kecemasan pada saat siswa mengerjakan soal matematika.
2. Ujian Nasional matematika
Salah satu masalah yang dihadapi siswa di sekolah ialah Ujian Nasional. Ujian yang diawasi guru dengan ketat

semakin membuat siswa cemas ketika mengerjakan soal. Mereka cemas atau takut lupa rumus-rumus yang digunakan pada soal tersebut, serta cemas dikarenakan mereka tidak bisa bertanya kepada siswa yang lebih pintar.

3. Lemahnya kemampuan guru dalam menyampaikan materi pelajaran yang sedang dipelajari
Kemampuan guru dalam mengajarkan materi sangat berpengaruh terhadap pemahaman peserta didik dalam memahami serta menjawab soal yang diberikan. Hal ini sejalan dengan penelitian Whyte dan Anthony Glenda (dalam Rifin Anditya. 2016: 12) menyatakan bahwa kecemasan matematika dapat disebabkan oleh guru, yang berupa lemahnya kemampuan dalam menyampaikan materi pembelajaran sehingga materi tersebut terasa sulit untuk dipahami siswa. Skemp juga menyebutkan (dalam Arif Budi Wicaksono dan M. Saufi. 2013) bahwa salah satu sebab utama kecemasan siswa adalah otoritas guru.
4. Matematika memiliki banyak rumus
Salah satu hal yang ditakutkan dalam matematika ialah rumus yang banyak, siswa takut pada saat mengerjakan soal matematika ia menggunakan rumus yang salah sehingga siswa cemas akan hasil dari persoalan matematika tersebut.
5. Harapan dari keluarga agar mendapat nilai yang bagus
Keluarga adalah orang yang paling dekat dengan kita. Tidak heran apabila keluarga mereka mengharapakan sesuatu mereka akan berusaha untuk mewujudkannya. Keluarga mengharapakan nilai yang bagus di

setiap pembelajaran. Akan tetapi harapan tersebut akan menjadi beban bagi siswa apabila siswa tidak menguasai pembelajaran tersebut siswa tidak dapat menyelesaikan permasalahan matematika.

5. Solusi Mengatasi Kecemasan

Arif Budi Wicaksono dan M. saufi (2013) menyimpulkan ada beberapa hal yang mungkin dapat meminimalkan kecemasan matematika, yaitu:

1. Memberikan pemahaman secara rasional kepada pelajar tentang mengapa mereka harus belajar matematika.
2. Menanamkan rasa kepercayaan diri kepada pelajar bahwa mereka bias belajar matematika, latihan-latihan soal yang mudah juga dapat diberikan terhadap siswa mereka bisa mengerjakan soal-soal yang diberikan.
3. Menghilangkan anggapan negatif siswa terhadap matematika, dengan memberikan contoh-contoh soal yang sederhana hingga kegunaan matematika pada kehidupan sehari-hari.
4. Pembelajaran matematika dilakukan dengan berbagai macam metode dengan menyesuaikannya terhadap model belajar siswa.
5. Lebih mengutamakan konsep daripada hafalan dalam pembelajaran matematika.
6. Jadikan pembelajaran dikelas menyenangkan dan nyaman di saat pembelajaran matematika berlangsung.
7. Ketika bertemu pada siswa di manapun, usahakan untuk menyisipkan pembicaraan mengenai matematika kepada mereka.

8. Menanamkan rasa tanggung jawab kepada siswa untuk memutuskan kesuksesan mereka.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan beberapa penelitian dapat disimpulkan bahwa kecemasan matematika adalah perasaan seseorang yang di dalamnya terdapat kekhawatiran, tegang serta rasa takut apabila dihadapan dengan permasalahan matematika. Rasa cemas terhadap matematika juga mempengaruhi prestasi belajar siswa. kecemasan matematika dapat dilihat dari beberapa gejala yaitu seperti, raut wajah tegang, memberi tatapan lelah, mengeluh, bersikap gelisah, menunjukkan sikap kurang percaya diri dan mencoret-coret kertas tapi bukan merupakan solusi dari tes yang diberikan. Permasalahan tersebut dapat diatasi dengan mengurangi serta memberi solusi terhadap siswa yang mengalami kecemasan matematika, diantaranya yaitu: mengatasi kesan diri negatif terhadap matematika,

Berdasarkan beberapa penelitian dapat disimpulkan bahwa kecemasan matematika adalah perasaan seseorang

yang di dalamnya terdapat kekhawatiran, tegang serta rasa takut apabila dihadapan dengan permasalahan matematika. Rasa cemas terhadap matematika juga mempengaruhi prestasi belajar siswa. kecemasan matematika dapat dilihat dari beberapa gejala yaitu seperti, raut wajah tegang, memberi tatapan lelah, mengeluh, bersikap gelisah, menunjukkan sikap kurang percaya diri dan mencoret-coret kertas tapi bukan merupakan solusi dari tes yang diberikan. Permasalahan tersebut dapat diatasi dengan mengurangi serta memberi solusi terhadap siswa yang mengalami kecemasan matematika, diantaranya yaitu: mengatasi kesan diri negatif terhadap matematika, mengajukan pertanyaan bila mengalami kesulitan, berani mencoba memahami matematika, membaca buku teks matematika dengan baik, mempelajari matematika dengan menggunakan cara belajar sendiri, mencari bantuan bila menemukan materi yang tidak dipahami, menciptakan keadaan rileks dan rasa senang ketika belajar matematika, dan mengembangkan rasa tanggung jawab bila mendapat kesuksesan dan kegagalan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anditya, Rifin dan Budi Murtiyasa (2016). *Factor-Faktor Penyebab Kecemasan Matematika*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Anita, Ika Wahyu (2014). *Pengaruh Kecemasan Matematika (Mathematics Anxiety) Terhadap Kemampuan Koneksi Matematis Siswa SMP*. Bandung.
- Annisa, Dona Fitri dan Ifdil (2016). *Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia)*. Padang.
- Cavanagh, Rob and Len Sparrow (2010). *Measuring Mathematics Anxiety: paper 1- Developing a Construct Model*. Melbourne.
- Disai, Wagetama. I, dkk (2017). *Hubungan Antara ecemasan Matematika dan Self-Efficacy Dengan Hasil Belajar Matematika Siswa SMA X Kota Palangka Raya*. Bandung.
- Hidayah, Nur dan Adi Atmoko (2014). *Landasan Sosial Budaya dan Psikologis Pendidikan*. Malang: Gunung Samudera.
- Handayani, Shinta Dwi (2016). *Pengaruh Konsep Diri Dan Kecemasan Siswa Terhadap Pemahaman Konsep Matematika*.
- Mawaddah (2018). *Upaya Mengatasi Kecemasan Belajar Matematika Siswa Melalui Teknik Relaksasi di SMP Negeri 12 Banda Aceh*. Banda Aceh: FKIP UNSYIAH.
- Priyani, Yudi. (2013). *Skripsi Hubungan Antara Konsep Diri dan Kecemasan Menghadapi Pembelajaran Matematika dengan Prestasi Belajar Matematika*. Yogyakarta
- Qausarina, Husnul (2016). *Pengaruh Kecemasan Matematika (Math Anxiaety) Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas X SMA Negeri 11 Banda Aceh Skripsi* . Banda Aceh.
- Sriyanto, H.J (2017). *Mengobarkan Api Matematika*. Jawa Barat: Jejak Publisher.
- Sugiatno, dkk.(2017). *Tingkat Dan Faktor Kecemasan Matematika Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama* . Pontianak
- Syafitri, Fatrima Santri (2017). *Ada Apa Dengan Kecemasan Matematika*: Semarang.
- Wicaksono, Arif Budi dan M. Saufi (2013). *Mengelola Kecemasan Siswa dalam Pembelajaran Matemtika*. Yogyakarta.