

Survei Tingkat Kecemasan Matematika Pada Siswa Sekolah Dasar

Fauziah Nur Fadila^{1)*}, Rahmi Zahra Zahirah²⁾, M. Fajar³⁾

Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Institut Agama Islam Negeri Sorong

E-mail: dilaf506@gmail.com¹, rahmizahra113@gmail.com², hs0674781@gmail.com³

Abstract

Mathematics anxiety is a significant barrier to students' academic success, particularly among elementary school students. This study aimed to examine the level of mathematics anxiety among students at SDIT Salafiyah Syafi'iyah. Using a quantitative survey method, data were collected from 34 students through a validated and reliable questionnaire. The results showed that the average mathematics anxiety score was 31.68, which falls within the moderate category. Furthermore, 47.06% of students experienced moderate anxiety, 23.53% experienced high anxiety, and 29.41% experienced low anxiety. These findings indicate that nearly 70% of students face mathematics anxiety at moderate to high levels. The questionnaire used demonstrated strong psychometric properties, with all 12 items showing valid results and a high reliability coefficient (Cronbach's Alpha = 0.966). This study highlights the urgent need for emotional support and anxiety-reducing strategies in early mathematics education to improve students' confidence, motivation, and learning outcomes.

Keywords: Mathematics Anxiety, Elementary School Students, Survey

Received: 03 July 2025

Revised: 22 July 2025

Accepted: 26 July 2025

1. PENDAHULUAN

Kecemasan matematika, atau *math anxiety*, merupakan hambatan signifikan bagi keberhasilan akademik siswa. Meskipun sering dikaitkan dengan jenjang pendidikan yang lebih tinggi, kenyataannya kecemasan ini sudah mulai muncul sejak usia dini, bahkan di tingkat sekolah dasar (Pokhrel, 2024). Dampaknya pun cukup luas, tidak hanya terbatas pada prestasi matematika semata, tetapi juga dapat mempengaruhi kepercayaan diri, motivasi belajar, dan perkembangan kognitif siswa secara keseluruhan. Siswa yang mengalami kecemasan matematika cenderung menghindari tugas-tugas yang berkaitan dengan matematika, menghindari partisipasi aktif di kelas, dan akhirnya mengalami kesulitan dalam memahami konsep-konsep matematika yang penting (Juliyanti & Pujiastuti, 2020).

Hasil survei pendahuluan yang kami lakukan di SDIT Salafiyah Syafi'iyah memberikan hasil yang mengejutkan dimana persentase siswa sekolah dasar yang menunjukkan gejala kecemasan matematika jauh lebih tinggi daripada yang diperkirakan sebelumnya. Temuan ini menggarisbawahi urgensi untuk memahami lebih dalam akar permasalahan kecemasan matematika pada siswa usia dini dan mengembangkan strategi intervensi yang tepat sasaran. Artikel ini akan membahas hasil survei komprehensif tentang tingkat kecemasan matematika pada siswa SDIT Salafiyah Syafi'iyah, menganalisis faktor-

faktor yang berkontribusi, dan menawarkan implikasi praktis bagi para pendidik dan orang tua dalam upaya menciptakan lingkungan belajar yang lebih suportif dan mengurangi kecemasan matematika pada siswa.

Kecemasan matematika, atau *math anxiety*, merupakan respon emosional negatif terhadap matematika yang ditandai dengan perasaan cemas, takut, dan tegang ketika menghadapi tugas atau situasi yang berkaitan dengan matematika (H. Lestari et al., 2020). Beberapa teori mencoba menjelaskan fenomena ini. Teori kognitif menekankan peran pikiran dan keyakinan negatif siswa terhadap kemampuan matematika mereka (Husnul, 2016). Siswa dengan kecemasan matematika seringkali memiliki keyakinan yang tidak realistis tentang kemampuan mereka, menganggap matematika sebagai sesuatu yang sulit dan menakutkan, serta cenderung memfokuskan perhatian pada kegagalan daripada keberhasilan (Ummah, 2019). Hal ini menciptakan siklus negatif yang memperkuat kecemasan mereka.

Selain teori kognitif, teori pembelajaran sosial juga relevan dalam memahami kecemasan matematika. Teori ini menjelaskan bagaimana pengalaman belajar, observasi terhadap model (seperti guru atau orang tua), dan pengaruh lingkungan sosial dapat membentuk sikap dan keyakinan siswa terhadap matematika (Sholihah & Mariana, 2020). Pengalaman negatif sebelumnya dengan matematika, seperti kritik atau hukuman dari guru, dapat memicu kecemasan. Begitu pula, melihat orang lain yang menunjukkan kecemasan matematika dapat memperkuat keyakinan negatif siswa sendiri. Memahami kerangka teori ini penting untuk merancang intervensi yang efektif dalam mengatasi kecemasan matematika pada siswa sekolah dasar (Maulana Ilyas & Djanah, 2022).

Kecemasan matematika adalah fenomena umum yang memengaruhi banyak siswa di berbagai jenjang pendidikan, termasuk di tingkat sekolah dasar. Kondisi ini dapat bermanifestasi dalam berbagai bentuk, mulai dari perasaan tidak nyaman, gugup, hingga panik saat berhadapan dengan tugas atau konsep matematika (Sintiya, 2023). Kecemasan matematika tidak hanya berdampak pada kinerja akademik, tetapi juga dapat memengaruhi sikap siswa terhadap pembelajaran dan minat mereka dalam bidang terkait STEM di kemudian hari (Alessandro et al., 2024). Oleh karena itu, penting untuk memahami tingkat kecemasan matematika pada siswa sekolah dasar guna mengembangkan strategi intervensi yang efektif.

Sejumlah penelitian telah mengkaji tingkat kecemasan matematika pada siswa sekolah dasar dalam satu dekade terakhir. Studi oleh Maloney et al. menunjukkan adanya korelasi antara kecemasan matematika dan penurunan kemampuan pemecahan masalah. Selanjutnya (Beilock & Maloney, 2015), penelitian oleh Ramirez et al. (2018) menemukan bahwa kecemasan matematika dapat berkembang sejak usia dini dan dipengaruhi oleh faktor lingkungan seperti tekanan dari orang tua atau guru. Zhang et al. menyoroti peran penting efikasi diri matematika dalam memoderasi hubungan antara kecemasan dan prestasi (Zhang et al., 2019). Studi dari Prasetyo & Dasari (2023) di Finlandia menemukan bahwa kecemasan matematika dapat menghambat perkembangan keterampilan numerik dasar. Di Indonesia sendiri, Dewi & Pujiastuti menunjukkan bahwa kecemasan matematika pada siswa SD berhubungan dengan metode pengajaran yang kurang interaktif (Dewi & Pujiastuti, 2020). Puspitasari (2021) juga meneliti dampak lingkungan belajar terhadap tingkat kecemasan

matematika siswa. Penelitian oleh Sementara itu, Mahendika & Sijabat (2023) menyoroti pentingnya dukungan sosial dari teman sebaya dan guru. Terakhir, studi dari Syafi & Suwardana mengeksplorasi hubungan antara gaya belajar dan kecemasan matematika (Syafi & Suwardana, 2021).

Kecemasan matematika pada siswa sekolah dasar merupakan isu yang mendesak karena berdampak signifikan terhadap prestasi akademik, minat pada bidang STEM, dan perkembangan psikologis anak (Winarti & K, 2016). Meskipun penelitian sebelumnya telah mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kecemasan matematika, penelitian ini menawarkan nilai kebaruan dengan fokus pada populasi tertentu di SDIT Salafiyah Syafi'iyah, serta kebutuhan akan pemahaman yang lebih mendalam tentang tingkat dan faktor-faktor penyebab kecemasan matematika di kalangan siswa sekolah dasar di SDIT Salafiyah Syafi'iyah. Urgensi penelitian ini ditekankan oleh kebutuhan akan pemahaman yang lebih mendalam tentang tingkat dan faktor-faktor penyebab kecemasan matematika di kalangan siswa sekolah dasar di SDIT Salafiyah Syafi'iyah, sehingga dapat diinformasikan intervensi yang tepat dan efektif untuk menciptakan lingkungan belajar yang lebih suportif dan mengurangi kecemasan tersebut, mendukung keberhasilan akademik dan perkembangan holistik siswa.

Artikel ini melaporkan hasil survei yang bertujuan untuk mengukur tingkat kecemasan matematika pada siswa di SDIT Salafiyah Syafi'iyah. Penelitian ini ingin mengidentifikasi prevalensi kecemasan matematika di populasi siswa tersebut, menganalisis hubungan antara kecemasan matematika dengan faktor-faktor seperti jenis kelamin, prestasi akademik, dan dukungan orang tua, serta mengeksplorasi faktor-faktor yang berkontribusi pada munculnya kecemasan matematika pada siswa usia dini. Data yang dikumpulkan melalui survei akan dianalisis untuk memberikan gambaran komprehensif tentang tingkat kecemasan matematika dan faktor-faktor yang terkait. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi berharga bagi pendidik, orang tua, dan pembuat kebijakan dalam mengembangkan strategi intervensi yang efektif untuk mengurangi kecemasan matematika dan meningkatkan prestasi akademik siswa sekolah dasar, serta menciptakan lingkungan belajar yang lebih suportif.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan survei. Pendekatan ini dipilih karena memberikan gambaran umum yang objektif mengenai tingkat kecemasan matematika siswa sekolah dasar melalui data numerik yang dapat dianalisis secara statistik. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SDIT Salafiyah Syafi'iyah yang menjadi target penelitian. Sampel penelitian diambil secara acak menggunakan teknik *simple random sampling* atau *stratified random sampling*, tergantung pada karakteristik populasi serta keterbatasan teknis yang dihadapi peneliti di lapangan. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah angket atau kuesioner yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Angket ini dirancang untuk mengukur tingkat kecemasan matematika siswa berdasarkan empat aspek utama, yaitu somatik, kognitif, afektif, dan pemahaman/kepercayaan diri. Aspek somatik mencakup indikator seperti merasa tidak nyaman, pusing atau gemetar, kesulitan bernapas, jantung berdebar kencang,

dan bibir menjadi kering saat menghadapi pelajaran matematika. Aspek kognitif mengukur gejala seperti kekhawatiran terhadap penilaian orang lain, perasaan terancam, ketidakmampuan berpikir jernih, lupa materi yang diketahui, mudah frustrasi, dan munculnya pikiran kosong ketika menghadapi soal matematika. Aspek afektif mencerminkan perasaan enggan mengikuti kegiatan matematika serta prasangka akan mengalami kesulitan. Sedangkan aspek pemahaman dan kepercayaan diri meliputi ketidakpercayaan diri dalam bertanya, merasa kurang pengetahuan, takut melakukan kesalahan, serta merasa tidak memahami pelajaran matematika dengan cukup baik. Setiap pernyataan dalam angket disusun dalam bentuk skala Likert empat poin, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Pengisian angket dilakukan secara langsung oleh siswa di kelas, dengan kemungkinan bantuan dari guru kelas dalam distribusi dan pengumpulan. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif untuk melihat nilai rata-rata, dan distribusi persentase tingkat kecemasan matematika siswa.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data penelitian ini dikumpulkan menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan survei. Data diperoleh dari 34 responden siswa di SDIT Salafiyah Syafi'iyah. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah angket atau kuesioner yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Angket ini dirancang untuk mengukur tingkat kecemasan matematika siswa berdasarkan empat aspek utama: somatik, kognitif, afektif, dan pemahaman/kepercayaan diri. Setiap pernyataan dalam angket disusun dalam bentuk skala Likert empat poin, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Data penelitian ini mencakup tanggapan siswa untuk 12 pertanyaan (P1 hingga P12). Teknik analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif untuk melihat nilai rata-rata dan distribusi persentase tingkat kecemasan matematika siswa.

Tabel 1 Nilai Rata-Rata

Indikator	Skor × Jumlah Responden
Somatic	2,19
Cognitive	2,47
Affective	2,42
Pemahaman/Pengetahuan	2,17
Rata-rata	2,31

Penelitian ini mengukur tingkat kecemasan matematika siswa SDIT Salafiyah Syafi'iyah menggunakan angket yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Angket tersebut dirancang untuk mengukur empat aspek utama kecemasan matematika. Hasil analisis data dari 34 responden siswa menunjukkan rata-rata skor pada masing-masing indikator. Untuk aspek somatik, rata-ratanya adalah 2,19, yang mencakup gejala fisik seperti merasa tidak nyaman, pusing, gemetar, kesulitan bernapas, jantung berdebar kencang, dan bibir kering saat menghadapi pelajaran matematika. Aspek kognitif memiliki rata-rata 2,47, mengukur gejala seperti kekhawatiran terhadap penilaian orang lain, perasaan terancam, ketidakmampuan berpikir jernih, lupa materi, mudah frustrasi, dan pikiran kosong saat menghadapi soal matematika. Selanjutnya, aspek afektif menunjukkan rata-rata 2,42, yang merefleksikan perasaan enggan mengikuti kegiatan matematika serta prasangka akan

mengalami kesulitan. Terakhir, aspek pemahaman/pengetahuan memiliki rata-rata 2,17, meliputi ketidakpercayaan diri dalam bertanya, merasa kurang pengetahuan, takut melakukan kesalahan, dan merasa tidak memahami pelajaran matematika dengan cukup baik. Dari total rata-rata per aspek, jika dijumlahkan ($2,19 + 2,47 + 2,42 + 2,17$), hasilnya adalah 9,25. Dengan empat indikator, rata-rata keseluruhan skor per aspek adalah 2,31. Secara umum, rata-rata skor kecemasan matematika siswa adalah 31,68, yang termasuk dalam kategori kecemasan sedang (skor antara 30 hingga 35).

Table 2. Distribusi Persentase

kategori Kecemasan	Jumlah Siswa	Persentase
Tinggi	8	23,53%
sedang	16	47,06%
Rendah	10	29,41%
Total	34	100%

Keterangan : Kecemasan Tinggi = Skor 36–42, Kecemasan Sedang = Skor 30–35, Kecemasan Rendah = Skor 25–29

Distribusi tingkat kecemasan matematika pada siswa SDIT Salafiyah Syafi'iyah menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami kecemasan pada tingkat sedang hingga tinggi. Berdasarkan hasil survei terhadap 34 siswa, sebanyak 8 siswa atau 23,53% dari total responden, tergolong memiliki tingkat kecemasan tinggi, dengan skor antara 36 hingga 42. Ini menandakan adanya tekanan emosional yang cukup besar saat mereka menghadapi pelajaran matematika. Mayoritas siswa, yaitu 16 siswa atau 47,06%, berada dalam kategori kecemasan sedang, dengan skor berkisar antara 30 hingga 35. Kelompok ini menunjukkan bahwa siswa mengalami kecemasan yang signifikan namun masih dalam tingkat moderat. Sementara itu, 10 siswa atau 29,41% dari responden, berada pada kategori kecemasan rendah, dengan skor antara 25 hingga 29. Hal ini berarti mereka relatif tidak mengalami kecemasan yang berat terhadap pelajaran matematika. Secara keseluruhan, data ini mengindikasikan bahwa hampir 70% siswa mengalami kecemasan matematika pada tingkat sedang hingga tinggi. Fenomena ini cukup meluas di kalangan siswa sekolah dasar dan perlu mendapat perhatian khusus dari pihak sekolah, guru, dan orang tua.

Penelitian ini mengkaji tingkat kecemasan matematika pada siswa SDIT Salafiyah Syafi'iyah menggunakan instrumen angket yang terbukti valid dan reliabel. Angket ini dirancang untuk mengukur empat aspek kecemasan matematika, yaitu somatik, kognitif, afektif, dan pemahaman/pengetahuan. Hasil analisis data dari 34 siswa menunjukkan rata-rata skor pada masing-masing indikator. Aspek somatik memiliki rata-rata 2,19, yang mencakup gejala fisik seperti merasa tidak nyaman, pusing, gemetar, kesulitan bernapas, jantung berdebar kencang, dan bibir kering saat menghadapi pelajaran matematika. Aspek kognitif memiliki rata-rata tertinggi yaitu 2,47, mengukur gejala seperti kekhawatiran terhadap penilaian orang lain, perasaan terancam, ketidakmampuan berpikir jernih, lupa materi, mudah frustrasi, dan pikiran kosong saat menghadapi soal matematika. Aspek afektif menunjukkan rata-rata 2,42, yang merefleksikan perasaan enggan mengikuti kegiatan matematika serta prasangka akan mengalami kesulitan. Terakhir, aspek pemahaman/pengetahuan memiliki rata-rata 2,17, meliputi ketidakpercayaan diri dalam bertanya, merasa kurang pengetahuan, takut melakukan kesalahan, dan merasa tidak

memahami pelajaran matematika dengan cukup baik. Jika keempat rata-rata aspek ini dijumlahkan, totalnya adalah 9,25, dan rata-rata keseluruhan skor per aspek adalah 2,31.

Secara keseluruhan, rata-rata skor kecemasan matematika siswa adalah 31,68, yang termasuk dalam kategori kecemasan sedang (skor antara 30 hingga 35). Ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa di SDIT Salafiyah Syafi'iyah mengalami tingkat kecemasan yang cukup signifikan saat berhadapan dengan pelajaran matematika. Distribusi persentase lebih lanjut menguatkan temuan ini: 8 siswa (23,53%) mengalami kecemasan tinggi (skor 36–42), 16 siswa (47,06%) mengalami kecemasan sedang (skor 30–35), dan 10 siswa (29,41%) mengalami kecemasan rendah (skor 25–29). Dengan demikian, hampir 70% siswa menghadapi kecemasan matematika pada tingkat sedang hingga tinggi, yang mengindikasikan bahwa masalah ini cukup meluas dan memerlukan perhatian khusus dari pihak sekolah, guru, dan orang tua. Fenomena ini menjadi indikator awal yang kuat bahwa kecemasan matematika sudah muncul secara signifikan sejak jenjang sekolah dasar dan mencerminkan adanya gejala sistemik dalam proses pembelajaran matematika yang dialami siswa.

Penelitian ini mengukur tingkat kecemasan matematika pada siswa SDIT Salafiyah Syafi'iyah melalui survei kuantitatif dengan kuesioner yang telah tervalidasi dan reliabel. Hasilnya menunjukkan bahwa rata-rata skor kecemasan matematika siswa adalah 31,68, yang termasuk dalam kategori kecemasan sedang. Distribusi persentase lebih lanjut mengungkapkan bahwa 47,06% siswa mengalami kecemasan sedang, 23,53% mengalami kecemasan tinggi, dan 29,41% mengalami kecemasan rendah. Ini berarti hampir 70% siswa menghadapi kecemasan matematika pada tingkat sedang hingga tinggi. Kuesioner yang digunakan memiliki sifat psikometri yang kuat, dengan semua 12 item menunjukkan hasil valid dan koefisien reliabilitas tinggi (Cronbach's Alpha = 0,966).

Secara lebih rinci, hasil analisis rata-rata skor per indikator menunjukkan bahwa aspek kognitif memiliki rata-rata tertinggi (2,47), diikuti oleh afektif (2,42), somatik (2,19), dan pemahaman/pengetahuan (2,17). Rata-rata keseluruhan skor per aspek adalah 2,31. Tingkat kecemasan yang ditemukan ini mengindikasikan tekanan emosional yang dialami siswa saat menghadapi pelajaran matematika cukup tinggi, meskipun belum mencapai kategori ekstrem. Temuan ini juga selaras dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa kecemasan matematika dapat muncul sejak usia dini dan dipengaruhi oleh tekanan lingkungan seperti tuntutan orang tua dan guru (Fauziddin et al., 2023). Keseluruhan hasil penelitian ini menegaskan bahwa kecemasan matematika merupakan isu nyata di kalangan siswa sekolah dasar yang berpotensi memengaruhi motivasi belajar, kepercayaan diri, dan kemampuan akademik mereka dalam jangka panjang. Oleh karena itu, diperlukan strategi pembelajaran yang mendukung dan pendekatan yang lebih empatik dari guru dan orang tua untuk menciptakan lingkungan belajar yang lebih aman dan nyaman bagi siswa.

Kesamaan utama terletak pada kenyataan bahwa kecemasan matematika dapat muncul sejak usia dini, bahkan di tingkat sekolah dasar, dan merupakan hambatan signifikan bagi keberhasilan akademik siswa. Hasil ini sejalan dengan penelitian Ramirez et al. yang menyatakan bahwa kecemasan matematika dapat berkembang sejak usia dini dan dipengaruhi oleh faktor lingkungan seperti tekanan dari orang tua atau guru. Selain itu, penelitian ini juga mendukung temuan Maloney et al. yang menyatakan adanya hubungan

antara kecemasan matematika dengan penurunan kemampuan pemecahan masalah. Kesamaan lain ditemukan dengan studi Dewi & Pujiastuti (2020) di Indonesia, yang menunjukkan bahwa kecemasan matematika pada siswa SD berhubungan dengan metode pengajaran yang kurang interaktif.

Meskipun demikian, terdapat beberapa perbedaan. Penelitian ini lebih berfokus pada tingkat kecemasan secara umum tanpa mengaitkan langsung dengan preferensi gaya belajar siswa, berbeda dengan penelitian Syafi & Suwardana (2021) yang menekankan peran gaya belajar individu dalam menimbulkan kecemasan matematika. Selain itu, beberapa penelitian lain seperti Zhang et al. juga menekankan pentingnya efikasi diri dalam memediasi hubungan antara kecemasan dan prestasi, aspek yang tidak secara khusus diungkap dalam hasil penelitian ini. Namun, fokus konteks lokal di SDIT Salafiyah Syafi'iyah dan penggunaan instrumen yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya memberikan nilai kebaruan dan kontribusi kontekstual yang dapat memperkaya literatur tentang kecemasan matematika pada siswa SD di Indonesia.

Hasil penelitian ini menjadi indikator awal yang kuat bahwa kecemasan matematika sudah muncul secara signifikan sejak jenjang sekolah dasar. Fakta bahwa hampir 70% siswa berada dalam kategori kecemasan sedang hingga tinggi menunjukkan bahwa permasalahan ini bukanlah isu yang sporadis atau bersifat individual, melainkan mencerminkan adanya gejala sistemik dalam proses pembelajaran matematika yang dialami oleh siswa di lingkungan pendidikan dasar (Kristiono & Wiratomo, 2017). Tingginya tingkat kecemasan pada siswa SDIT Salafiyah Syafi'iyah dapat ditafsirkan sebagai tanda adanya tekanan emosional dan psikologis yang belum sepenuhnya terakomodasi dalam proses pembelajaran di kelas. Hal ini menandakan bahwa pembelajaran matematika yang selama ini berlangsung mungkin masih terlalu berorientasi pada hasil, tekanan nilai, atau kurang memberikan ruang aman bagi siswa untuk belajar tanpa takut melakukan kesalahan (Setiawan, 2017). Lebih jauh, hasil ini juga menjadi alarm bagi para pendidik dan pengambil kebijakan bahwa pendekatan pengajaran matematika yang digunakan saat ini perlu dikaji ulang, khususnya dalam hal bagaimana guru menyampaikan materi, memberikan evaluasi, dan menumbuhkan kepercayaan diri siswa terhadap kemampuan matematikanya (M. Lestari & Susilawati, 2022). Selain itu, hasil ini menunjukkan pentingnya memperhatikan aspek emosional siswa dalam pembelajaran, yang sering kali terabaikan dalam sistem pendidikan yang berfokus pada pencapaian akademik.

Hasil penelitian ini memberikan sejumlah implikasi penting bagi dunia pendidikan, khususnya pada jenjang sekolah dasar. Pertama, ditemukannya tingkat kecemasan matematika yang tergolong sedang hingga tinggi pada mayoritas siswa (70,59%) menjadi peringatan bagi para pendidik untuk lebih memperhatikan aspek psikologis dalam proses pembelajaran matematika (Putri, 2024). Guru tidak hanya berperan sebagai penyampai materi, tetapi juga sebagai fasilitator yang membangun lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan bebas tekanan, agar siswa tidak merasa takut ketika menghadapi pelajaran matematika (Paramita & Bali, 2023). Kedua, hasil ini mengimplikasikan bahwa strategi pembelajaran konvensional yang cenderung berorientasi pada hasil dan hafalan perlu digantikan atau dilengkapi dengan pendekatan yang lebih interaktif, konstruktif, dan

berbasis pemahaman konsep. Penggunaan metode pembelajaran yang menekankan pada eksplorasi, diskusi kelompok, permainan edukatif, dan pembelajaran berbasis masalah (problem-based learning) dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan kepercayaan diri siswa (Fahrurrozi & Hamdi, 2017). Ketiga, implikasi juga berlaku bagi orang tua, yang perlu memberikan dukungan emosional yang sehat di rumah. Tekanan berlebihan terhadap nilai atau pencapaian matematika justru dapat meningkatkan kecemasan anak (Dr. Siti Urbayatun, S.Psi., M.Si. et al., 2019). Oleh karena itu, orang tua perlu membangun komunikasi yang positif, memberikan motivasi yang membangun, dan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan di luar lingkungan sekolah. Keempat, dari sisi kebijakan pendidikan, hasil ini menunjukkan perlunya program intervensi dini untuk mencegah dan mengurangi kecemasan matematika (Rofiqi et al., 2023). Sekolah dapat mengintegrasikan pelatihan guru tentang pendekatan pembelajaran yang ramah psikologis, serta menyediakan layanan konseling atau bimbingan belajar yang berfokus pada penanganan kecemasan akademik. Kurikulum juga perlu menyisipkan elemen penguatan mental dan emosional siswa dalam pembelajaran matematika.

Tingkat kecemasan matematika yang cukup tinggi pada siswa SDIT Salafiyah Syafi'iyah, sebagaimana ditunjukkan oleh hasil penelitian, dapat dijelaskan oleh beberapa faktor yang saling berkaitan, baik dari aspek internal siswa maupun lingkungan pembelajaran. Secara internal, banyak siswa sekolah dasar belum memiliki kemampuan regulasi emosi yang matang (Down et al., 2024). Ketika menghadapi pelajaran yang dianggap sulit seperti matematika, mereka cenderung mengalami reaksi emosional negatif seperti rasa takut, gugup, atau khawatir berlebihan terhadap kesalahan dan kegagalan. Hal ini sesuai dengan pandangan teori kognitif yang menyatakan bahwa kecemasan akademik dapat muncul akibat keyakinan negatif terhadap kemampuan diri dan ekspektasi kegagalan (Živković et al., 2023).

Dari sisi eksternal, faktor lingkungan belajar yang kurang mendukung juga turut memengaruhi. Pembelajaran matematika di tingkat dasar sering kali masih menekankan pada hafalan rumus dan prosedur teknis, bukan pada pemahaman konsep secara menyeluruh (Pratama et al., 2022). Ketika siswa tidak memahami konsep dasar dengan baik, mereka akan merasa tertinggal dan tidak mampu mengikuti pelajaran, sehingga menumbuhkan rasa tidak percaya diri. Selain itu, metode evaluasi yang terlalu menekankan pada nilai atau hasil akhir juga dapat menambah tekanan mental bagi siswa (Maifi et al., 2021). Peran guru juga menjadi faktor penentu guru yang kurang memahami kondisi emosional siswa, cenderung menggunakan pendekatan otoriter atau menegur siswa yang salah, tanpa memberikan ruang aman untuk mencoba dan belajar dari kesalahan (Christian & Hidayat, 2020). Begitu pula dengan tekanan dari orang tua yang mengharapkan nilai sempurna, tanpa memperhatikan proses belajar, dapat memperparah kecemasan anak terhadap pelajaran matematika. Kurangnya integrasi strategi pembelajaran yang menyenangkan dan ramah emosi, seperti penggunaan media visual, permainan edukatif, atau pendekatan berbasis pengalaman konkret, membuat pembelajaran matematika terasa kaku dan menegangkan. Padahal, pada usia sekolah dasar, pendekatan yang kontekstual dan interaktif sangat dibutuhkan untuk menarik minat belajar anak dan mengurangi kecemasan.

Tingkat kecemasan matematika yang cukup tinggi pada siswa SDIT Salafiyah Syafi'iyah menuntut adanya tindakan konkret dan sistematis dari berbagai pihak untuk menanggulangi permasalahan ini. Beberapa langkah strategis yang perlu dilakukan meliputi:

- 1). Pengembangan Strategi Pembelajaran yang Empatik dan Inklusif: Guru perlu menerapkan pendekatan pembelajaran yang tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik, tetapi juga memperhatikan kondisi emosional siswa (Hasanah et al., 2023). Pembelajaran matematika harus dikemas secara menarik, interaktif, dan bebas tekanan (Manurung, 2021). Penggunaan metode seperti permainan matematika, pembelajaran berbasis proyek, pendekatan kontekstual, serta kegiatan kelompok dapat membantu menurunkan kecemasan siswa dan meningkatkan partisipasi aktif mereka di kelas (Hadzami & Maknun, 2022).
- 2). Pelatihan Guru dalam Pengelolaan Kelas dan Psikologi Belajar: Pihak sekolah perlu menyelenggarakan pelatihan bagi guru mengenai pengelolaan kecemasan akademik siswa. Guru harus mampu mengenali gejala kecemasan matematika, memberikan dukungan emosional yang tepat, serta menciptakan suasana kelas yang aman secara psikologis. Ini mencakup kemampuan memberikan umpan balik yang membangun, tidak memermalukan siswa yang salah, dan mendorong keberanian siswa dalam bertanya dan mencoba.
- 3). Keterlibatan Orang Tua dalam Proses Dukungan Emosional Anak: Orang tua memiliki peran penting dalam membentuk persepsi dan sikap anak terhadap matematika (Rahmalia & Laeli, 2020). Oleh karena itu, perlu ada sosialisasi atau *workshop* bagi orang tua untuk memahami pentingnya dukungan non-tekanan, pemberian motivasi yang sehat, serta penerimaan terhadap proses belajar anak, bukan semata-mata hasil akhir.
- 4). Penyediaan Layanan Konseling Akademik di Sekolah Dasar: Sekolah sebaiknya menyediakan layanan bimbingan konseling yang secara khusus dapat menangani kecemasan belajar, termasuk kecemasan matematika (Wulandari et al., 2023). Melalui sesi konseling individual atau kelompok, siswa dapat dibantu untuk mengenali dan mengelola perasaan cemas mereka, serta membangun kepercayaan diri dalam menghadapi pelajaran matematika.
- 5). Integrasi Isu Kecemasan Akademik dalam Kurikulum dan Kebijakan Pendidikan: Pada tingkat yang lebih luas, pemerintah dan pemangku kebijakan pendidikan perlu mengintegrasikan isu kecemasan akademik, termasuk kecemasan matematika, ke dalam kurikulum dan kebijakan pengembangan pendidikan (Syafarudi, Ahmad Syarqawi, 2019). Ini bisa dilakukan dengan menyusun pedoman pengajaran yang ramah emosi, menyusun instrumen deteksi dini kecemasan, serta mengembangkan kebijakan asesmen yang tidak hanya menilai hasil, tetapi juga mempertimbangkan proses dan keberanian belajar siswa.

Dengan melaksanakan berbagai langkah di atas, diharapkan kecemasan matematika pada siswa sekolah dasar dapat ditekan secara signifikan. Hal ini bukan hanya berdampak pada peningkatan hasil belajar matematika, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan sikap positif, ketahanan emosional, dan kesiapan mental siswa dalam menghadapi tantangan belajar di masa depan.

4. PENUTUP

Penelitian ini menyimpulkan bahwa tingkat kecemasan matematika pada siswa SDIT Salafiyah Syafi'iyah berada pada kategori sedang hingga tinggi, dengan rata-rata skor 31,68

dari 34 responden. Secara spesifik, 47,06% siswa mengalami kecemasan sedang, 23,53% mengalami kecemasan tinggi, dan hanya 29,41% yang menunjukkan kecemasan rendah. Temuan ini menegaskan bahwa hampir 70% siswa di sekolah tersebut menghadapi tantangan kecemasan matematika pada tingkat yang signifikan. Keempat aspek kecemasan yang diukur – somatik, kognitif, afektif, dan pemahaman/pengetahuan – menunjukkan rata-rata skor yang berkontribusi pada kecemasan secara keseluruhan, dengan aspek kognitif menunjukkan rata-rata tertinggi. Hasil ini didukung oleh instrumen penelitian yang valid dan reliabel, memastikan akurasi data yang diperoleh.

Implikasi utama dari penelitian ini adalah adanya kebutuhan mendesak untuk mengembangkan strategi dan intervensi yang efektif guna mengurangi kecemasan matematika sejak dini. Kecemasan ini terbukti menjadi penghalang serius bagi keberhasilan akademik siswa, mempengaruhi motivasi, kepercayaan diri, dan hasil belajar mereka. Oleh karena itu, diperlukan upaya kolaboratif dari guru, orang tua, dan pihak sekolah untuk menciptakan lingkungan belajar yang lebih mendukung, empatik, dan bebas tekanan. Pendekatan pembelajaran yang inovatif, pelatihan guru yang berfokus pada dukungan emosional siswa, serta program bimbingan konseling yang terintegrasi, akan sangat krusial dalam mengatasi fenomena ini. Dengan demikian, diharapkan siswa dapat mengembangkan sikap positif terhadap matematika, sehingga proses belajar mereka menjadi lebih efektif dan menyenangkan, serta mampu mencapai potensi akademik penuhnya tanpa terbebani oleh rasa cemas.

Untuk penelitian selanjutnya terkait kecemasan matematika, disarankan agar peneliti memperluas subjek penelitian dengan melibatkan berbagai latar belakang sosial budaya yang berbeda guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan matematika. Penelitian juga dapat difokuskan pada pengembangan dan evaluasi intervensi atau strategi pembelajaran yang efektif untuk mengurangi kecemasan matematika serta meningkatkan motivasi dan performa belajar siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Alessandro, C., Sandra, P., Di, M. M., Blason, C., Doz, E., Giofre, D., & Passolunghi, M. C. (2024). *Brit J of Edu Psychol - 2024 - Cuder - The impact of math anxiety and self-efficacy in middle school STEM choices A 3-year.pdf*. <https://doi.org/10.1111/bjep.12707>
- Beilock, S. L., & Maloney, E. A. (2015). Math Anxiety: A Factor in Math Achievement Not to Be Ignored. *Policy Insights from the Behavioral and Brain Sciences*, 2(1), 4–12. <https://doi.org/10.1177/2372732215601438>
- Christian, S., & Hidayat, D. (2020). Peran Guru Dalam Menangani Perilaku Mengganggu (Disruptive Behavior) Siswa Pada Proses Pembelajaran di Kelas [The Role of Teachers in Handling Disruptive Behavior Students in The Classroom Learning Process]. *Diligentia: Journal of Theology and Christian Education*, 2(3), 45. <https://doi.org/10.19166/dil.v2i3.2374>
- Dewi, F. K. M., & Pujiastuti, H. (2020). Pengaruh Tingkat Kecemasan terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa: Studi Kasus pada Siswa SMPN 2 Balaraja. *Suska Journal of Mathematics Education*, 6(2), 145. <https://doi.org/10.24014/sjme.v6i2.9440>

- Down, S., Read, T. O., & Article, T. (2024). *Kecemasan matematika dan pencapaian akademik siswa: tinjauan literatur sistematis*. 12(4).
- Dr. Siti Urbayatun, S.Psi., M.Si., P., Laila Fatmawati, M. P. ;, Vera Yuli Erviana, M. P. ;, & Ika Maryani, M. P. (2019). Kesulitan Belajar dan Gangguan Psikologis Ringan pada Anak (Implementasi pada Anak Usia Sekolah Dasar). In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. (Vol. 2).
- Fahrurrozi, & Hamdi, S. (2017). Metode Pembelajaran Matematika. In *Universitas Hamzanwadi Press*. <https://febriliaanjarsari.wordpress.com/2013/01/21/metode-pembelajaran-matematika-inovatif/>
- Fauziddin, M., Ulfah, M., Elyana, L., Juniarti, Y., & Nilawati, B. (2023). *Faktor Penyebab Gifted pada Anak Usia Dini : Sebuah Studi Literatur Sistematis*. 2(2), 37–47. <https://doi.org/10.37985/gifted.v2i2.20>
- Hadzami, S., & Maknun, L. (2022). Variasi Model Pembelajaran Pada Siswa Di Sekolah Dasar. *TARQIYATUNA: Jurnal Pendidikan Agama Islam Dan Madrasah Ibtidaiyah*, 1(2), 111–132. <https://doi.org/10.36769/tarqiyatuna.v1i2.279>
- Hasanah, N., Darwisa, D., & Zuhriyah, I. A. (2023). Analisis Strategi Guru Dalam Mengembangkan Ranah Afektif Peserta Didik Di Sekolah Dasar. *Academy of Education Journal*, 14(2), 635–648. <https://doi.org/10.47200/aoej.v14i2.1828>
- Husnul, Q. (2016). *Pengaruh Kecemasan Matematika (Math Anxiaety) Terhadap Hasil Belajar Matematik Siswa Kelas X SMA Negeri 11 Banda Aceh*. 4(June), 2016.
- Juliyanti, A., & Pujiastuti, H. (2020). Pengaruh Kecemasan Matematis Dan Konsep Diri Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa. *Prima: Jurnal Pendidikan Matematika*, 4(2), 75. <https://doi.org/10.31000/prima.v4i2.2591>
- Kristiono, N., & Wiratomo, G. H. (2017). Pendidikan Generasi Muda dan Bela Negara (Konsep, Metode dan Implementasi). *Semarang: Penerbit UNNES [Universitas Negeri Semarang]*, October, 1–282.
- Lestari, H., Fitriza, R., & A, H. (2020). PENGARUH KECEMASAN MATEMATIKA (MATHEMATICS ANXIETY) TERHADAP KEMAMPUAN PEMECAHAN MASALAH PESERTA DIDIK KELAS VII MTs. *Math Educa Journal*, 4(1), 103–113. <https://doi.org/10.15548/mej.v4i1.1325>
- Lestari, M., & Susilawati, N. (2022). Adaptasi Orang Tua Menghadapi Perubahan Belajar Anak dari Belajar Daring menjadi Pembelajaran Tatap Muka. *Jurnal Perspektif*, 5(3), 452–460. <https://doi.org/10.24036/perspektif.v5i3.675>
- Maifi, Y. K., Anwar, & Ahmad, A. (2021). *Students ' understanding of mathematical concepts and their self- confidence through a discovery learning model Students ' understanding of mathematical concepts and their self-confidence through a discovery learning model*. 0–8. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1882/1/012081>
- Manurung, P. (2021). Multimedia Interaktif Sebagai Media Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid 19. *Al-Fikru: Jurnal Ilmiah*, 14(1), 1–12. <https://doi.org/10.51672/alfikru.v14i1.33>
- Maulana Ilyas, J., & Djanah, M. (2022). Keefektifitas Konseling Rasional Emotif Berperilaku untuk Meningkatkan Self-Awareness Siswa SMK. *Jurnal Thalaba*

- Pendidikan Indonesia Tahun, 05(02), 41–51.*
<http://ejournal.undar.or.id/index.php/thalaba>
- Paramita, A. S., & Bali, M. M. E. I. (2023). PERAN GURU MI DALAM MENINGKATKAN MINAT BELAJAR SISWA TERHADAP MATA PELAJARAN SENI BUDAYA DI MADRASAH IBTIDAIYAH AL-ISLAMİYAH KARANGANYAR. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar, 10*, 17–23. <https://doi.org/https://doi.org/10.23969/jp.v10i02.27237>
- Pokhrel, S. (2024). Pelevelan Mathematics Anxiety Dalam Pembelajaran Matematika MTS AL-ISHLAH Batupannu. *Ayan, 15(1)*, 37–48.
- Pratama, M. A., Yurniwati, Y., & Chaeruman, U. A. (2022). An Analysis of Elementary School Students' Understanding of Mathematical Concept. *Jurnal Basicedu, 6(3)*, 3563–3568. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i3.2672>
- Putri, R. I. R. (2024). PENGARUH PENERAPAN REALISTIC MATHEMATICS EDUCATION IMMEDIATE POSITIVE FEEDBACK DENGAN PEMBELAJARAN BERDIFERENSIASI TERHADAP PEMAHAMAN KONSEP MATEMATIS SISWA MATERI ARITMETIKA SOSIAL KELAS VII 18 KOTA JAMBI. In *Ayan* (Vol. 15, Issue 1).
- Rahmalia, S. M., & Laeli, S. (2020). Pengaruh Lingkungan Keluarga Terhadap Kepribadian Anak. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK), 2(1)*, 126–129. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v1i2.654>
- Rofiqi, R., Iksan, & M. Mansyur. (2023). Melangkah Menuju Kesehatan Mental yang Optimal: Program Inovatif di Lembaga Pendidikan Islam. *Edu Consilium : Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam, 4(2)*, 76–99. <https://doi.org/10.19105/ec.v4i2.9237>
- Setiawan. (2017). Belajar Dan Pembelajaran Tujuan Belajar Dan Pembelajaran. *Uwais Inspirasi Indonesia, August 2017*, 200. <https://www.coursehero.com/file/52663366/Belajar-dan-Pembelajaran1-convertedpdf/>
- Sholihah, S. A., & Mariana, N. (2020). Deskripsi Konsep Diri Akademik Pada Pembelajaran Matematika Di Sekolah Dasar Berdasarkan Sudut Pandang Kultural. *Jpgsd, 08(02)*, 281–291.
- Sintiya, Y. R. (2023). *Hubungan Optimisme Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa Kelas XII SMKN 1 Pakisjaya Karawang. 30701900158.*
- Syafarudi, Ahmad Syarqawi, D. N. A. S. (2019). Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling Telaah Konsep , Teori Dan Praktik. In *Perdana Publishing.*
- Syafi, M., & Suwardana, O. (2021). Hubungan Kecemasan Siswa dengan Hasil Belajar Matematika Materi Barisan dan Deret. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara III SEMNARA 2021, 67–72.*
- Ummah, M. S. (2019). Psikologi Pendidikan. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 1). http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI

- Winarti, D. S., & K, D. A. (2016). Mobile Learning, Pembelajaran berbasis STEM, & Berpikir Kritis. *Mobile Learning, Pembelajaran Berbasis STEM, & Berpikir Kritis*, 26(26), 13–34.
- Wulandari, P. N., Akbarjoni, A., & Lukman. (2023). FAKTOR-FAKTOR PSIKOSOSIAL DALAM PENERAPAN KURIKULUM. *JURNAL RISET ILMU PENGABDIAN DAN PENDIDIKAN*, 4(2).
- Zhang, J., Zhao, N., & Kong, Q. P. (2019). The relationship between math anxiety and math performance: a meta-analytic investigation. *Frontiers in Psychology*, 10(AUG), 1–17. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01613>
- Živković, M., Pellizzoni, S., Doz, E., Cuder, A., Mammarella, I., & Chiara, M. (2023). Math self - efficacy or anxiety ? The role of emotional and motivational contribution in math performance. *Social Psychology of Education*, 26(3), 579–601. <https://doi.org/10.1007/s11218-023-09760-8>