

Peran Orang Tua dalam Mengatasi Gangguan Kecemasan Siswa SD terkait Pembelajaran Matematika

(The Role of Parents in Overcoming Elementary School Students' Anxiety Disorders related to Mathematics Learning)

Umatul Choiriyah¹, Maulida Putri Mu'arifah¹, Desta Ariani Nurfaizah¹, Syarifah Anjani Pawestri¹, Lutfiana Nurohmah¹, Rendi Restiana Sukardi^{2*}, Yeni Yuniarti²

¹Universitas Negeri Yogyakarta, Jl. Colombo No.1, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, 55281, Indonesia

²Universitas Pendidikan Indonesia, Jl. Raya Cibiru km.15, Bandung, Jawa Barat, 40393, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: rendisukardi@upi.edu

Abstract: This research aims to find out how important the role of parents is in elementary school students' anxiety regarding learning mathematics. The research method we use is a qualitative research method with a case study approach. Researchers used interview instruments, questionnaires, questionnaires and documentation in the data collection process. The research results showed that of the 31 respondents, all had anxiety related to learning mathematics, although at different levels, namely mild, moderate and severe. Most of them feel anxious when working on questions and approaching mathematics exams. The role of parents in dealing with children's anxiety is still not optimal. In overcoming anxiety in children, parents only tend to provide assistance, motivation and enthusiasm to continue learning. So, parents still don't understand how to provide strategies for dealing with anxiety that occurs in children.

Keywords: math anxiety; parents; children

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa penting peran orang tua terhadap kecemasan siswa SD terkait pembelajaran matematika. Metode penelitian yang kami gunakan ialah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Peneliti menggunakan instrumen wawancara, angket, kuisioner dan dokumentasi dalam proses pengambilan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 31 responden, semua memiliki kecemasan terkait pembelajaran matematika walaupun dengan tingkatan yang berbeda-beda yaitu ringan, sedang, dan berat. Sebagian besar dari mereka merasa cemas ketika mengerjakan soal dan menjelang ujian matematika. Peran orang tua dalam mengatasi kecemasan anak masih belum maksimal. Dalam mengatasi kecemasan pada anak, orang tua hanya cenderung memberikan pendampingan, motivasi, dan semangat untuk terus belajar. Sehingga, orang tua masih belum paham dalam memberikan strategi untuk mengatasi kecemasan yang terjadi pada anak.

Kata kunci: kecemasan matematika; orang tua; anak

1. Pendahuluan

Kualitas pendidikan dapat dikatakan baik jika peserta didik memiliki prestasi belajar yang tinggi. Kecemasan dapat dikatakan bahwa wujud dari berbagai rasa emosi karena memiliki tekanan. Kecemasan ini menyebabkan perasaan tidak nyaman seperti gelisah bagi individu yang merasakannya. Sehingga kecemasan ini membutuhkan solusi yang tepat untuk menyelesaikannya dengan baik. Namun pada kenyataannya, tidak semua individu dapat menyelesaikan kecemasannya dengan baik. Semua manusia pasti pernah mengalami kecemasan, namun kecemasan yang sudah tidak normal pasti akan mengganggu motivasi belajar peserta. Hal ini karena peserta didik akan mengalami perasaan gelisah dan tidak tenang yang menyebabkan sulit untuk fokus saat belajar. Kecemasan anak pasti memiliki berbagai

penyebab, namun pengalaman yang buruk tidak terlalu memengaruhi secara signifikan terhadap kecemasan (Inam et al., 2017). Bentuk kecemasan yang paling umum terjadi di dunia pendidikan terdiri dari afektif, kognitif, motivasi, ekspresif, dan proses psikologi. Rasa kecemasan ini memiliki tiga penyebab dasar yang mudah diidentifikasi, yaitu (Supriyantini & Si, 2010):

1. Rasa percaya diri yang sedang terancam
2. Kesejahteraan pribadi yang sedang terancam
3. Kesejahteraan diri yang terancam karena adanya konflik yang tidak terselesaikan

Kecemasan merupakan manifestasi dari emosi yang memiliki pengaruh yang signifikan terhadap fisik dan psikis. Pada aspek kognitif, indikator kecemasan dapat diukur dengan peserta didik yang kesulitan untuk konsentrasi dan berpikir kritis saat pembelajaran. Kemudian pada aspek afektif, indikator dapat diukur dengan peserta didik yang sering merasa takut dan tidak percaya diri saat menghadapi ujian. Sedangkan pada aspek psikomotorik, indikator kecemasan dapat diukur dengan peserta didik yang berkeringat saat mengerjakan soal (Halmuniati et al., 2020). Kecemasan yang dialami oleh siswa pada matematika biasanya disebut dengan kecemasan matematika (*mathematics anxiety*). Kecemasan ini tidak dapat dianggap sepele karena siswa menjadi kesulitan secara berkepanjangan sehingga dapat menghambat proses belajar mengajar (Ekawati, 2015)

Melibatkan peran orang tua dalam melakukan penanganan yang dilakukan sejak dini dapat membantu menangani gangguan kecemasan anak atau mencegah terjadinya kecemasan karena proses belajar, sehingga tidak menjadi gangguan yang lebih serius. Peran orang tua dalam menangani kecemasan pada anak dirasa sangat membantu anak menuju perkembangan yang lebih positif dan juga membantu orang tua itu sendiri dalam memperbaiki perilakunya ketika dihadapkan dengan masalah-masalah yang terjadi pada anaknya dan permasalahannya sendiri. Orang tua merupakan seseorang yang bertanggung jawab paling utama atas perkembangan dan kemajuan anak (Ruli, 2020). Orang tua dapat dimaknai sebagai unit pertama dalam mengantarkan anak-anaknya menuju perkembangan yang optimal. Lingkungan keluarga merupakan lingkungan yang dapat meningkatkan perkembangan anak terkait cara memperoleh pengetahuan, keterampilan, minat, dan bagaimana cara mengelola diri terkait emosi dan khususnya kecemasannya. Orang tua disini menjadi faktor penting dalam menangani kecemasan yang terjadi pada anak. Anak yang mengalami gangguan kecemasan tentunya akan dapat mengganggu perkembangannya.

Beberapa Sekolah Dasar menunjukkan bahwa masih banyak peserta didik yang mengalami gangguan kecemasan sehingga memengaruhi terhadap proses belajarnya. Salah satu gangguan kecemasan yang dialami peserta didik ialah pada pembelajaran Matematika. Kecemasan matematika dapat muncul karena dipicu oleh kemampuan siswa yang kurang dalam matematika, karakter guru matematika, dan ketidakpercayaan diri mereka (Susanto, 2016). Berdasarkan fakta di lapangan, sebagian besar peserta didik mengalami kesulitan dalam pembelajaran matematika dikarenakan mereka sukar memahami simbol-simbol matematika, menuliskan apa yang dipikirkan yang mana terjadi ketidaksesuaian antara model matematis dengan permasalahan yang diberikan. Selain itu, kecemasan peserta didik terhadap pembelajaran matematika terjadi karena perbedaan kemampuan intelegensi antara peserta didik satu dengan yang lain. Peserta didik yang merasa cemas dengan pembelajaran

matematika, diakibatkan karena mereka melihat temannya memiliki kemampuan intelegensi yang lebih unggul dan lebih bisa menangkap pembelajaran matematika dengan cepat. Sehingga, timbul kecemasan pada peserta didik yang memiliki intelegensi kurang.

Kecemasan belajar yang sangat berlebihan akan mempunyai dampak yang merugikan pada pikiran anak serta tubuh bahkan berdampak terhadap Dengan begitu, orang tua harus selalu mendampingi, selalu mendukung, serta memotivasi anak untuk dapat meminimalisir tingkat kecemasan terhadap proses belajarnya. Untuk itu, orang tua perlu melakukan upaya dan tindakan untuk menangani kecemasan anak. Tindakan tersebut bisa dilakukan dengan pemberian motivasi, bimbingan dalam belajar, pemenuhan fasilitas belajar, serta perhatian yang cukup terhadap anak agar merasa nyaman dan aman di setiap tahapan perkembangannya. Selain itu, orang tua perlu menciptakan suasana rumah yang nyaman dan menyenangkan bagi anak supaya mereka merasa nyaman ketika belajar di rumah dan tingkat kecemasan akan berkurang.

Adapun terdapat penelitian terdahulu yang digunakan penulis sebagai acuan atau bahan perbandingan penulis terhadap penelitian yang akan dilakukan. Penelitian pertama dilakukan oleh (Auliya, 2016) yang membahas kecemasan matematika dan pemahaman matematis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecemasan matematika terhadap pemahaman matematis peserta didik. Hasil penelitian menunjukkan kecemasan matematika memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan pemahaman matematis siswa. Penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Juliyanti & Pujiastuti, 2020) yang berjudul "Pengaruh Kecemasan Matematis dan Konsep Diri terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa". Dari penelitian tersebut dapat diketahui terdapat pengaruh yang signifikan antara kecemasan matematis dan konsep diri terhadap hasil belajar matematika siswa. Penelitian yang masih membahas pengaruh kecemasan matematika juga ditemukan pada penelitian berjudul "Ada Apa dengan Kecemasan Matematika?" yang dikaji oleh (Santri, 2017). Menurut Santri kecemasan matematika dapat berpengaruh negatif terhadap hasil belajar/prestasi belajar maupun berpengaruh terhadap kemampuan matematis peserta didik. Berbeda dari penelitian sebelumnya, penelitian yang dilakukan (Rifdayanti & Wardana, 2020) tidak hanya membahas kecemasan matematika saja tetapi juga factor penyebab kecemasan siswa. Penelitian yang berjudul "Mathematics Anxiety in Class V SDN Kedungboto Porong" memperoleh hasil tingkat kecemasan matematika pada siswa kelas V tergolong sangat tinggi dan dipengaruhi oleh beberapa factor sebagai penyebabnya. (Anditya & Murtiyasa, 2016) melakukan penelitian serupa yang juga membahas faktor-faktor penyebab kecemasan matematika. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kecemasan matematika dan menemukan faktor-faktor kecemasan matematika. Hasil penelitian menunjukkan faktor-faktor penyebab kecemasan matematika diantaranya, kondisi situasi kelas yang kurang kondusif, ujian nasional matematika, lemahnya kemampuan guru dalam menyampaikan materi pelajaran yang sedang dipelajari, matematika memiliki banyak rumus, harapan dari keluarga agar mendapat nilai yang bagus, dan siswa tidak bisa menyelesaikan permasalahan matematika. Kekurangan dari penelitian tersebut, penulis hanya mengungkap bahwa penyebab terjadinya kecemasan matematika yakni faktor psikologis saja, masih terdapat faktor-faktor lain penyebab kecemasan matematika pada siswa yang kurang digali lebih dalam. Di mana masih terdapat peran orang tua yang mempengaruhi gangguan kecemasan pada siswa. Di samping itu, pada penelitian ini masih belum ditemukan solusi dari permasalahan kecemasan matematika pada siswa. Sehingga, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Peran Orang Tua dalam Mengatasi Gangguan Kecemasan Siswa SD terkait Pembelajaran Matematika". Penelitian ini dianggap penting

dilakukan karena menyangkut keberhasilan pembelajaran matematika pada siswa SD. Berdasarkan permasalahan yang terjadi, peneliti memutuskan untuk melakukan suatu penelitian dengan judul "Peran Orang Tua dalam Mengatasi Gangguan Kecemasan Siswa SD terkait Pembelajaran Matematika".

2. Metode

Dalam penelitian ini, kami menggunakan pendekatan penelitian studi kasus yang merupakan jenis penelitian kualitatif. Dengan menggunakan metode kualitatif maka peneliti akan menyajikan hasil penelitian yang diperoleh dalam data deskriptif yang berupa kata-kata tertulis atau lisan. Penelitian ini mendeskripsikan pengaruh kecemasan anak terhadap pembelajaran dan peran orang tua dalam mengatasi gangguan kecemasan pada siswa SD terhadap pembelajaran matematika.

Penelitian ini dilakukan pada siswa SD kelas tinggi yaitu kelas 4, 5, dan 6 dengan jumlah 31 siswa, yang dilaksanakan pada tanggal 4-5 Desember 2022. Data yang dikumpulkan pada dalam penelitian ini berupa pemahaman mengenai kecemasan anak dari sudut pandang orang tua dan anak yang dilakukan melalui wawancara, kesulitan belajar matematika pada siswa SD yang diperoleh dari hasil angket, tingkat kecemasan anak terhadap pembelajaran matematika yang diperoleh melalui kuesioner, dan observasi terhadap perilaku anak ketika pembelajaran serta dokumentasi terhadap hasil belajar anak. Kemudian semua data dikelompokkan dan dianalisis secara deskriptif.

Peneliti mengukur peran orang tua dalam mengatasi anak dengan melakukan wawancara intensif. Wawancara terbagi menjadi tiga sub bagian pokok, yaitu pemahaman awal mengenai kecemasan, kondisi kecemasan anak, dan peran orang tua terhadap kecemasan anak. Subyek penelitian adalah 31 orang tua dan 31 murid SD. Wawancara ini digunakan untuk mengkonfirmasi bahwa orang tua berperan dalam mengatasi gangguan kecemasan yang dialami anak di SD.

Observasi digunakan peneliti untuk melihat aktivitas yang dilakukan orang tua dan siswa dalam rangka mengatasi gangguan kecemasan yang dialami. Observasi dilakukan peneliti dengan berkunjung ke sekolah dasar di daerah masing-masing. Kriteria yang dibutuhkan sebagai responden adalah anak sekolah dasar kelas tinggi dan orang tua dari siswa tersebut. Responden yang terkumpul dalam penelitian ini adalah 31 siswa sekolah dasar dan 31 orang tua.

Peneliti menggunakan angket sebagai teknik pengumpulan data untuk mengukur kesulitan anak mengenai mata pelajaran Matematika. Angket dibagi menjadi dua sub bagian pokok, yaitu faktor internal dan faktor eksternal yang mempengaruhi anak dalam kesulitan mata pelajaran matematika. Subyek penelitian adalah 31 murid SD.

Peneliti menggunakan kuisisioner untuk mengukur tingkat kecemasan anak dalam mata pelajaran Matematika. Teknik penelitian kuisisioner menggunakan metode pengumpulan data yang digunakan dengan skala likert. Kuisisioner dalam penelitian ini dibagi menjadi empat sub bagian pokok, yaitu emosi, kognitif, somatik dan tingkah laku. Kuisisioner dibagikan kepada 31 siswa SD sebagai subyek penelitian. Siswa diminta untuk menjawab suatu pertanyaan dengan skala poin satu sampai empat sesuai data penelitian yang diperlukan oleh peneliti.

Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dokumentasi untuk memberikan gambaran saat berlangsungnya penelitian. Metode dokumentasi bertujuan mendapatkan data mengenai peran orang tua dalam gangguan kecemasan anak di sekolah dasar.

Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dokumentasi untuk memberikan gambaran saat berlangsungnya penelitian. Metode dokumentasi bertujuan mendapatkan data mengenai peran orang tua dalam gangguan kecemasan anak di sekolah dasar.

3. Hasil dan Pembahasan

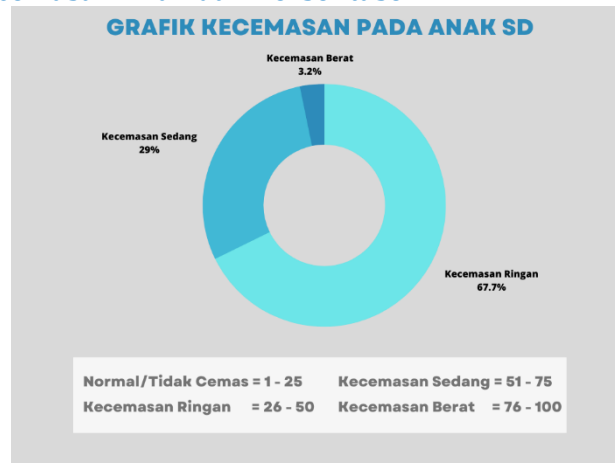
3.1. Kecemasan Anak dan Pengaruhnya Terhadap Proses Pembelajaran Matematika

3.1.1. Kecemasan Anak

Kecemasan yang dialami oleh seseorang atau anak adalah hal yang wajar. Namun, kecemasan ini dapat berubah menjadi gangguan apabila rasa kecemasan itu terlalu sering dialami atau dirasakan oleh anak. Gangguan kecemasan ini biasanya ada pemicunya. Pemicu yang dimungkinkan adalah tekanan bahkan trauma. Tekanan atau trauma ini bisa berasal dari lingkungan keluarga, sekolah, atau bahkan lingkungan bermain anak. Pada anak-anak kecemasan dapat dilihat secara langsung dari tingkah laku (Sartika, 2019). Tingkah laku ini contohnya seperti pemarah, pemalu, tidak PD, dan lain-lain. Kecemasan pada anak juga mencakup tentang kondisi emosional yang tidak menyenangkan. Kondisi ini datang dari dalam yang bersifat menakutkan dan menggelisahkan. Kecemasan yang dirasakan ini merupakan keadaan mental yang tidak enak yang berkenaan dengan sakit yang mengancam atau yang dibayangkan, ditandai oleh kekhawatiran, ketidaknyamanan dan perasaan tidak enak yang tidak dapat dihindari. Menurut (Oktamarina et al., 2022) terdapat beberapa gejala kecemasan yang dialami oleh anak, yaitu :

1. Gejala Fisiologis. Gejala fisiologis ini merupakan reaksi tubuh terutama organ-organ yang diasuh oleh syaraf otonom simpatik seperti jantung, peredaran darah, kelenjar, pupil mata, dan sistem seksresi. Jika kecemasan sedang dialami oleh anak, maka beberapa hal yang dapat dijumpai seperti detak jantung yang meningkat, sering buang air kecil, berkeringat, pusing, tangan dingin, dll.
2. Gejala Psikologis. Gejala Psikologis ini adalah reaksi yang biasanya disertai dengan reaksi fisiologis seperti perasaan tidak menentu, rendah diri, tidak PD, tidak bisa memperhatikan, dll.

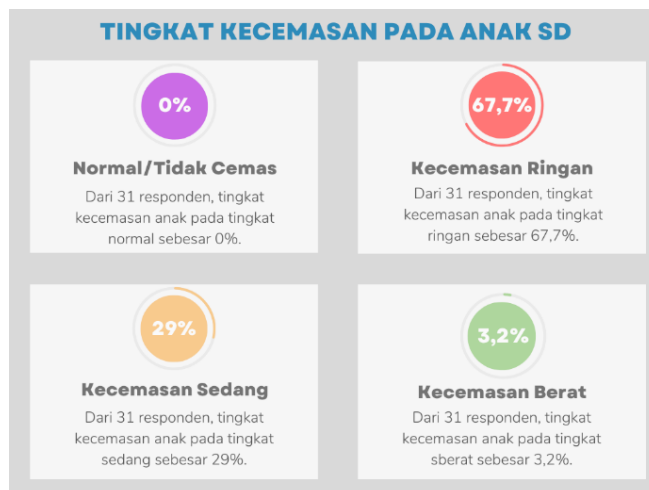
3.1.2. Tingkat Kecemasan Anak dan Persentase



Gambar 1. Hasil Pengukuran Grafik Pada Kecemasan Anak SD

Pada penelitian ini, kami melakukan pengukuran terhadap tingkat kecemasan pada anak sekolah dasar menggunakan instrumen pengambilan data berupa Kuesioner dengan menerapkan empat indikator, meliputi emosi anak, kognitif anak, somatik, dan tingkah laku anak. Pada pengambilan data ini akan didapatkan data berupa kecemasan anak pada tingkat normal atau sama sekali tidak merasakan cemas dengan rentang poin 1 – 25 yang artinya anak berada dalam kondisi yang normal atau sama sekali tidak merasakan kecemasan ketika pembelajaran matematika. Tingkat kecemasan anak ringan dengan rentang poin 26 – 50, diartikan bahwa anak dengan tingkat kecemasan ringan ini masih dapat untuk mengontrol rasa cemas yang melandanya dan dapat menanganinya dengan baik. Tingkat kecemasan anak sedang dengan rentang poin 51 – 75 artinya anak memiliki kecemasan yang agak sulit untuk ditangani oleh dirinya sendiri, biasanya perlu bantuan dari orang-orang terdekat untuk menenangkannya dengan kalimat-kalimat motivasi. Dan terakhir adalah tingkat kecemasan anak berat dengan rentang poin 76 – 100, tingkat kecemasan ini telah sampai pada tingkat yang sangat perlu untuk diperhatikan dan ditangani, anak-anak yang mengalami tingkat kecemasan berlebihan biasanya akan muncul perasaan takut bahkan dapat menjadi *phobia*, kemudian ditandai dengan respon perilaku yang gelisah; ketegangan fisik; dan mudah untuk melarikan diri dari masalah. Kecemasan berat ini akan sangat berpengaruh terhadap penurunan konsentrasi siswa saat mengikuti pembelajaran sehingga materi yang disampaikan oleh guru sulit untuk dipahami oleh siswa (Karing, 2021)

Dengan melakukan pengisian terhadap pernyataan kuesioner ini peneliti akan mendapatkan dari dari responden berupa tingkat kecemasan anak terhadap pembelajaran matematika dilihat dari emosional anak dan perilaku yang yang biasanya ditampakkan saat pembelajaran matematika. Data yang diperoleh ini dapat menjadi pertimbangan bagi peneliti, pendidik, terutama orang tua untuk dapat menindaklanjuti penanganan yang tepat dan sesuai dalam menyelesaikan permasalahan ini.



Gambar 2. Hasil Pengukuran dan Perbandingan Tingkat Kecemasan Pada Anak SD

Setelah melakukan pengukuran dari hasil data yang diambil dari responden, diketahui bahwa dari 31 responden tidak terdapat anak yang tidak merasakan cemas dengan ditunjukkan oleh presentase 0%. Kemudian didapatkan juga hasil bahwa terdapat 21 anak yang mengalami kecemasan pada tingkat ringan dengan presentase sebesar 67,7%. Selanjutnya, terdapat 9 anak yang mengalami kecemasan pada tingkat sedang yang ditunjukkan oleh presentase sebesar 29%. Hasil terakhir yang didapatkan adalah terdapat 1 anak yang mengalami kecemasan pada tingkat berat dengan presentase yang ditunjukkan sebesar 3,2%. Dari hasil presentase yang ditunjukkan, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar anak mengalami kecemasan terhadap pelajaran matematika pada kategori ringan dengan presentase paling tinggi di antara tingkat kecemasan yang lainnya.

3.1.3. Pengaruh Kecemasan Terhadap Proses Belajar Matematika

Matematika merupakan salah satu mata pelajaran yang sering kali dianggap sulit oleh sebagian besar anak. Hal ini karena matematika memiliki sifat abstrak, angka, rumus, dan latihan. Selain itu, cara guru dalam memberikan materi yang monoton di kelas membuat anak semakin malas dan bosan untuk belajar matematika. Saat seseorang yang mengalami kecemasan, pasti akan mengalami kesulitan untuk fokus memperhatikan sesuatu. Kecemasan anak yang berkaitan dengan perasaan gelisah dan tidak tenang timbul dari dalam diri anak masing-masing. Perasaan ini dapat timbul ketika anak kurang memahami konsep-konsep matematika yang telah disampaikan oleh guru. Hal ini dapat dilihat dari hasil belajar anak setelah belajar matematika. Perasaan cemas pasti akan membuat anak untuk melakukan perlawanan kepada perasaan itu. Sehingga, anak yang tidak mampu mengubah kondisinya (cemas) akan menyebabkan perasaan kurang percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki (Ekawati, 2015)

3.2. Peran Orang Tua dalam Mengatasi Kecemasan Anak

Gangguan kecemasan adalah salah satu masalah kesehatan mental yang paling umum pada anak-anak. Pada usia 6-7 tahun, anak mengalami perkembangan bahasa, kognitif, emosi, dan perilaku sosial yang dapat mempengaruhi perkembangan gejala gangguan kecemasan. Kecemasan adalah salah satu bentuk emosi adaptif yang menyebabkan anak-anak dapat hal-hal yang dapat membahayakan keselamatan mereka baik secara fisik maupun psikis yang apabila berlebihan dapat berdampak negatif. (Nesia & Kurniawati, 2020)

Bimbingan secara psikologi kepada anak tidak hanya berlaku di sekolah, melainkan perlunya campur tangan peran orang tua dalam membimbing anak di rumah (Rachmawaty, 2015). Hubungan orangtua dan anak sangat berdampak signifikan pada kesejahteraan psikososial anak. Untuk mengetahui pengaruh peran orang tua dalam mengatasi kecemasan anak peneliti melakukan wawancara kepada anak dan orang tua dengan menggunakan tiga sub pokok bahasan yaitu pemahaman awal mengenai kecemasan, kondisi kecemasan belajar anak, dan peran orang tua terhadap kecemasan belajar anak.

Penelitian menunjukkan sebagian besar orang tua sudah mengetahui gangguan kecemasan pada anak meskipun belum dapat mendeskripsikannya secara rinci. Mereka juga sudah mengetahui ciri-ciri kecemasan yang terjadi pada anak. Hal ini dapat dibuktikan dengan orang tua yang dapat mengerti perubahan sikap anak ketika sedang mengalami kecemasan. Di samping itu, mereka sudah dapat menyebutkan upaya-upaya untuk mengurangi kecemasan pada anak meskipun beberapa dari mereka belum mengetahui penanganan saat anak mengalami kecemasan.

Penelitian dapat dimaknai bahwa sebagian besar anak setidaknya sudah pernah mengalami gangguan kecemasan khususnya terhadap mata pelajaran matematika. Kecemasan menjadi salah satu penghambat belajar yang dapat mengganggu kinerja fungsi kognitif seperti konsentrasi, memori, pembentukan konsep dan pemecahan masalah. Pada tingkat kronis dan akut, gejala kecemasan dapat bermanifestasi dalam bentuk gangguan fisik (somatik) seperti: gangguan pada saluran pencernaan, sering buang air, sakit kepala, gangguan jantung, sesak di dada, gemeteran bahkan pingsan. Dalam wawancara peserta didik, mereka mengatakan kecemasan yang terjadi disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya:

1. Peserta didik merasa kesulitan dalam memahami materi, misalnya saat menghafal rumus matematika, sehingga menimbulkan rasa khawatir dan was-was berlebihan apabila tidak dapat menjawab pertanyaan dari gurunya.
2. Saat peserta didik lupa mengerjakan PR dan khawatir akan dimarahi gurunya.
3. Saat peserta didik hendak menghadapi ujian seperti ulangan, Ujian Tengah Semester (UTS), dan Ujian Akhir Semester (UAS). Peserta didik takut jika tidak dapat mengerjakan soal sehingga mendapatkan nilai buruk dan dimarahi orang tuanya.

Kecemasan pada anak membutuhkan penanganan untuk mencegah ke arah perkembangan kecemasan yang lebih tinggi (Lim et al., 2015). Dalam menangani kecemasan pada anak diperlukan kerjasama antara orangtua dan guru. Penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa meskipun orang tua sudah memahami pemahaman awal mengenai kecemasan pada anak, tidak dipungkiri bahwa masih banyak orang tua yang belum bisa memahami keadaan anak mereka sendiri. Pendampingan sebagai peran orang tua dalam mengatasi kecemasan belum dilakukan secara maksimal. Sebagian orang tua mengatasi kecemasan yang dialami oleh anak cenderung tetap berorientasi dalam hal belajar secara terus menerus, baik itu dalam bentuk motivasi atau semangat. Orang tua belum memiliki strategi khusus dalam menghadapi kecemasan pada anak. Peran orang tua sangat dibutuhkan oleh anak dalam menghadapi kecemasan sebagai seorang pendorong, inisiator, maupun rekan dalam berinteraksi. Dukungan, bimbingan, pengaturan, dan pengawasan yang dilakukan orang tua akan menciptakan lingkungan yang hangat dan nyaman dibutuhkan anak dalam mengurangi rasa kecemasan.

4. Simpulan

Kecemasan anak dapat dimaknai sebagai suatu kondisi dimana anak mempunyai rasa khawatir dan rasa takut yang berlebihan terhadap sesuatu. Hampir setiap anak pernah mengalami tingkat dan jenis kecemasan yang berbeda-beda, seperti kecemasan terkait pembelajaran matematika. Dalam penelitian yang telah kami lakukan, hasil yang kami dapatkan ialah bahwa seluruh peserta didik mengalami kecemasan terkait pembelajaran matematika dengan tingkatan yang berbeda-beda. Kecemasan ini sering dialami oleh anak saat mengerjakan soal matematika hingga saat menjelang ujian. Anak yang memiliki gangguan kecemasan ini harus diberi perlakuan khusus oleh orang tua. Peranan orang tua dalam menangani kecemasan peserta didik sangat penting dibutuhkan bagi perkembangan mereka. Sebagian pemahaman orang tua mengenai gangguan kecemasan pada anak sudah baik, tetapi terdapat beberapa orang tua yang masih belum memahami kecemasan yang dialami oleh anaknya sendiri. Dalam mendampingi anak belajar, sebagian orang tua hanya cenderung memberikan pendampingan, motivasi, serta semangat untuk terus belajar sampai berhasil. Sedangkan, metode dan strategi dalam mendampingi anak belajar perlu dilakukan oleh orang tua agar dapat meminimalisir bahkan menghilangkan terjadinya kecemasan yang dialami oleh anak terkait pembelajaran matematika. Oleh karena itu, kecemasan anak terkait pembelajaran matematika tidak boleh dianggap sepele dan orang tua perlu membangun hubungan yang harmonis dengan anak serta menjalankan perannya dengan memberikan dukungan dan strategi yang tepat pada anak dalam mengatasi kecemasannya.

Daftar Rujukan

- Anditya, R., & Murtiyasa, B. (2016). Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan Matematika. *SEMPOA (Seminar Nasional, Pameran Alat Peraga, Dan Olimpiade Matematika)*, 1–10.
- Auliya, R. N. (2016). Kecemasan Matematika dan Pemahaman Matematis. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 6(1), 12–22. <https://doi.org/10.30998/formatif.v6i1.748>
- Ekawati, A. (2015). Pengaruh kecemasan terhadap hasil belajar matematika siswa kelas VII SMPN 13 Banjarmasin. *Math Didactic: Jurnal Pendidikan Matematika*, 1(3), 164–169. <https://doi.org/10.33654/math.v1i3.16>
- Halmuniati, H., Hasiati, H., Wui, L., & Awad, F. B. (2020). Pengaruh Motivasi Belajar dan Tingkat Kecemasan Terhadap Prestasi Belajar IPA Siswa MtsN. 2 Konawe Selatan. *Kulidawa*, 1(2), 70. <https://doi.org/10.31332/kd.v1i2.2028>
- Inam, A., Mahjabeen, A., & Abiodullah, M. (2017). Causes of Social Anxiety among Elementary Grade Children. *Bulletin of Education and Research*, 39(2), 31–42.
- Juliyanti, A., & Pujiastuti, H. (2020). Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa. *Jurnal Refleksi Edukatika*, 4(2), 75–83.
- Karing, C. (2021). Prevalence and predictors of anxiety, depression and stress among university students during the period of the first lockdown in Germany. *Journal of Affective Disorders Reports*, 5, 100174. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2021.100174>
- Lim, Y. J., Mansor, M., & Madon, Z. (2015). Play Therapy for Anxiety and Stress Problems among Nursery School Children in Malaysia. *Australian Journal of Basic and Applied Sciences*, 9(26), 49–55.
- Nesia, R. T., & Kurniawati, F. (2020). Keterlibatan Orang Tua Dalam Intervensi Gangguan Kecemasan Anak Baru Masuk Sekolah. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(1), 30. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i1.25493>
- Oktamarina, L., Kurniati, F., Sholekhah, M., Nurjanah, S., Oktaria, S. W., & Apriyani, T. (2022). Gangguan Kecemasan (Anxiety Disorder) pada Anak Usia Dini. *Jurnal Multidisipliner Bharasumba*, 01, 116–131.
- Rachmawaty, F. (2015). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua dan Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Sosial Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 10(1), 31–42.
- Rifdayanti, M. A., & Wardana, M. D. K. (2020). Mathematics Anxiety in Class V SDN Kedungboto Porong. *Proceedings of The ICECRS*, 8, 4–9. <https://doi.org/10.21070/icecrs2020480>

- Ruli, E. (2020). Tugas Dan Peran Orang Tua Dalam Mendidik Anak. *Jurnal Edukasi Nonformal*, vol.1(No.1), hlm.145.
- Santri, F. S. (2017). Ada Apa Dengan Kecemasan Matematika? *Journal of Medives*, 1(1), 59–65.
- Sartika, N. (2019). Hasil Belajar Matematika Pada Siswa Smp Islam. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 2(2).
- Supriyantini, S., & Si, M. (2010). *Perbedaan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Anatara Siswa Program Reguler Dengan Siswa Program Akselerasi*.
- Susanto, H. P. (2016). Analisis Hubungan Kecemasan, Aktivitas, dan Motivasi Berprestasi dengan Hasil Belajar Matematika Siswa. *Beta Jurnal Tadris Matematika*, 9(2), 134. <https://doi.org/10.20414/betajtm.v9i2.10>