

## KECEMASAN SISWA TINGKAT TINGGI DAN PANIK DALAM MENYELESAIKAN MASALAH BANGUN DATAR

Cindi Giantika Pramita Sari<sup>1</sup>, Susanto<sup>2</sup>, Erfan Yudianto<sup>3\*</sup>, Sunardi<sup>4</sup>, Reza Ambarwati<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Universitas Jember, Jember, Indonesia

\*erfanyudi@unej.ac.id

### ABSTRAK

Kecemasan dapat mempengaruhi tercapainya tujuan pembelajaran karena dapat menghambat siswa saat belajar. Tingkat kecemasan dibagi menjadi 4 yaitu kecemasan rendah, sedang, tinggi, dan panik. Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui kecemasan siswa dalam menyelesaikan masalah bangun datar. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian ini akan mendeskripsikan bagaimana kecemasan siswa dalam menyelesaikan permasalahan bangun datar. Subjek penelitian ini adalah 4 siswa yang terdiri dari 2 siswa dalam kategori tingkat kecemasan tinggi dan 2 siswa dalam kategori tingkat kecemasan panik. Hasil dari penelitian ini menunjukkan siswa yang memiliki tingkat kecemasan tinggi dalam menyelesaikan masalah belum dapat melaksanakan rencana dengan baik karena prosedur penyelesaian subjek tidak jelas. Kemampuan memahami masalah subjek kecemasan tingkat panik masih kurang baik karena subjek salah dalam menuliskan apa yang diketahui pada soal.

**Kata Kunci :** kecemasan, penyelesaian masalah, bangun datar.

### PENDAHULUAN

Matematika merupakan ilmu yang memiliki peran penting dalam kehidupan dan tidak dapat terlepas dari kehidupan. Melalui pendidikan matematika, siswa dapat melatih dan mengembangkan cara berfikir kritis, sistematis, logis, dan kreatif. Menurut Russefendi (dalam Nur'aini et al., 2017) matematika merupakan ilmu tentang struktur yang terorganisasikan serta membahas fakta-fakta dan hubungan-hubungan, ruang dan bentuk. Geometri merupakan salah satu cabang ilmu matematika yang mempelajari titik, garis, bidang, dan ruang. Jika dibandingkan dengan bidang lain dalam matematika, geometri merupakan salah satu bidang yang dianggap sulit untuk dipahami. Kesulitan pada bagian-bagian dalam geometri bisa berdampak pada kesulitan-kesulitan bagian lain dalam geometri karena terdapat banyak pokok bahasan dalam geometri yang saling berhubungan (Sholihah & Afriansyah, 2017).

Kesulitan siswa tersebut dapat menimbulkan respon negatif terhadap matematika jika terjadi secara berulang-ulang karena dapat berubah menjadi kecemasan matematika. Kecemasan matematika merupakan suatu perasaan tidak nyaman yang muncul ketika berhadapan dengan soal matematika. Kecemasan dapat mempengaruhi tercapainya tujuan pembelajaran. Ashcraft (2002) berpendapat bahwa kecemasan matematika umumnya didefinisikan sebagai perasaan ketegangan, ketakutan, atau rasa cemas yang mengganggu kinerja matematika (Yanti & Yunita, 2020). Menurut Stuart (2006), tingkatan kecemasan dibagi menjadi 4 kategori yaitu kecemasan rendah, kecemasan sedang, kecemasan tinggi, dan panik.

Kecemasan juga dapat mempengaruhi siswa dalam menyelesaikan masalah. Karasel et al. (2010) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa ada hubungan antara kecemasan matematika dengan pemecahan masalah matematika. Menurut Polya menyebutkan bahwa pemecahan masalah merupakan aktivitas intelektual yang sangat tinggi karena siswa harus dapat menyelesaikan masalah dengan menggunakan aturan-aturan yang telah dipelajari untuk membuat rumusan masalah. Untuk memahami aturan-aturan tersebut siswa perlu diajarkan langkah-langkah dalam menyelesaikan masalah. Menurut Polya terdapat 4 langkah dalam menyelesaikan masalah di antaranya yaitu memahami masalah, menyusun rencana penyelesaian, melaksanakan rencana penyelesaian, dan memeriksa kembali hasil penyelesaian. Penelitian yang dilakukan oleh Hidayat & Ayudia (2019) mengenai kecemasan matematik dan kemampuan pemecahan masalah

matematis siswa SMA menghasilkan kecemasan matematik berpengaruh negatif terhadap kemampuan pemecahan masalah matematis siswa. Kecemasan matematik berpengaruh terhadap pemecahan masalah sebesar 57,1%, sedangkan 42,9% bukan dampak dari kecemasan matematik. Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan kecemasan siswa dalam menyelesaikan masalah bangun datar.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Menurut Setiawan dan Anggito (2018) penelitian kualitatif adalah pengumpulan data pada karya ilmiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dimana peneliti berperan sebagai instrumen kunci, pengambilan sampel data dilakukan secara *purposive*, teknik pengumpulan data dengan triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian lebih menekankan makna. Menurut Ramdhan (2021) penelitian deskriptif adalah penelitian dengan metode guna menggambarkan hasil dari penelitian, yang memiliki tujuan untuk mendeskripsikan, menjelaskan, juga memvalidasi tentang fenomena yang sedang diteliti. Penelitian ini akan mendeskripsikan kecemasan siswa dalam menyelesaikan masalah materi bangun datar.

Penelitian ini dilakukan di SMPN 1 Siliragung dengan subjek penelitian siswa kelas VIII A dan VIII C. Subjek penelitian ini adalah 4 siswa yang terdiri dari 2 siswa dalam kategori tingkat kecemasan tinggi dan 2 siswa dalam kategori tingkat kecemasan panik. Dipilihnya kategori kecemasan tingkat tinggi dan panik karena peneliti ingin lebih fokus pada kondisi gejala kecemasan yang dialami siswa tingkat tinggi dan panik. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini terdiri dari (1) angket kecemasan yang dikerjakan oleh siswa setelah mengerjakan tes untuk mengetahui tingkat kecemasan siswa; (2) tes dikerjakan siswa berisi soal uraian yang mencakup tahapan-tahapan pemecahan masalah model Polya dengan tujuan untuk mengetahui kemampuan pemecahan masalah siswa berdasarkan tahapan Polya; (3) wawancara dilakukan setelah siswa mengerjakan tes dan mengisi angket kecemasan.

Teknik analisis data pada penelitian ini terdiri dari (1) analisis validasi instrument bertujuan mengetahui kelayakan instrumen untuk digunakan dalam penelitian; (2) analisis data hasil tes, dilakukan untuk mengetahui kemampuan pemecahan masalah siswa menurut Polya; (3) analisis data angket kecemasan dilakukan untuk mengetahui tingkat kecemasan; (4) analisis data hasil wawancara dilakukan untuk mendeskripsikan tingkat kecemasan siswa.

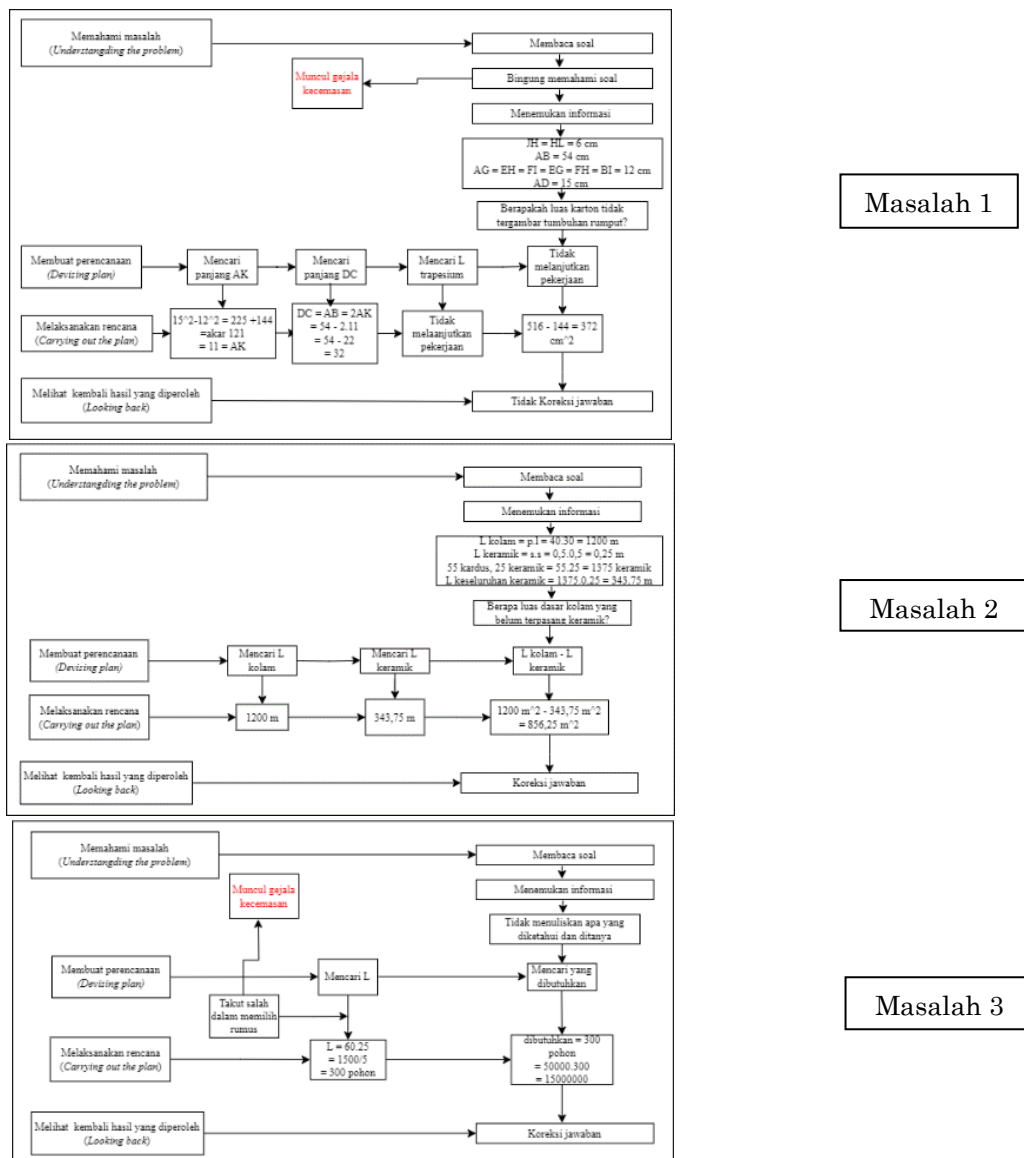
## HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek diminta mengerjakan soal tes bangun datar kemudian mengisi angket kecemasan untuk mengetahui tingkat kecemasan yang dialami. Pengisian angket dilaksanakan sesuai dengan kondisi yang dialami subjek saat mengerjakan tes bangun datar. Pembuatan soal menggunakan materi luas dan keliling bangun persegi, persegi panjang, trapesium, dan segitiga. Soal yang diberikan terdiri dari 3 soal uraian. Kemudian wawancara dilakukan setelah peneliti menganalisis hasil angket subjek. Angket kecemasan dibuat dengan berpedoman pada indikator kecemasan Stuart (2006). Penskoran dibuat berdasarkan kategori pernyataan positif dan negatif. Skor 5, 4, 3, 2, 1 berlaku untuk pernyataan positif, dan 1, 2, 3, 4, 5 berlaku untuk pernyataan negatif. SS, S, R, TS dan STS memiliki arti sangat sesuai dengan keadaan, sesuai dengan keadaan, ragu-ragu dengan keadaan, tidak sesuai dengan keadaan, dan sangat tidak sesuai dengan keadaan. Pengkategorian tingkat kecemasan dibagi menjadi 4 yaitu kecemasan rendah dengan rentang nilai angket  $25 \leq x < 50$ , kecemasan sedang dengan rentang nilai angket  $50 \leq x < 75$ , kecemasan tinggi dengan rentang nilai angket  $75 \leq x < 100$ , dan panik dengan rentang nilai angket  $100 \leq x \leq 125$ . Berikut merupakan tabel hasil angket kecemasan siswa.

Tabel 1. Tingkat Kecemasan Subjek

| No. | Nama | Total Nilai Angket | Tingkat Kecemasan |
|-----|------|--------------------|-------------------|
| 1.  | TMS  | 80                 | Tinggi            |
| 2.  | APP  | 90                 | Tinggi            |
| 3.  | EDC  | 101                | Panik             |
| 4.  | IDS  | 105                | Panik             |

Setelah diperoleh subjek penelitian, maka dilakukan pengkodean yaitu subjek 1 (S1) dengan TMS dan subjek 2 (S2) dengan APP adalah subjek yang terpilih dan tergolong dalam kategori kecemasan tingkat tinggi, serta subjek 3 (S3) dengan EDC dan subjek 4 (S4) dengan IDS adalah subjek yang terpilih dan tergolong dalam kategori kecemasan tingkat panik. Untuk melihat kecemasan subjek S1 dalam menyelesaikan masalah bangun datar melalui tahapan Polya disajikan pada gambar 1.

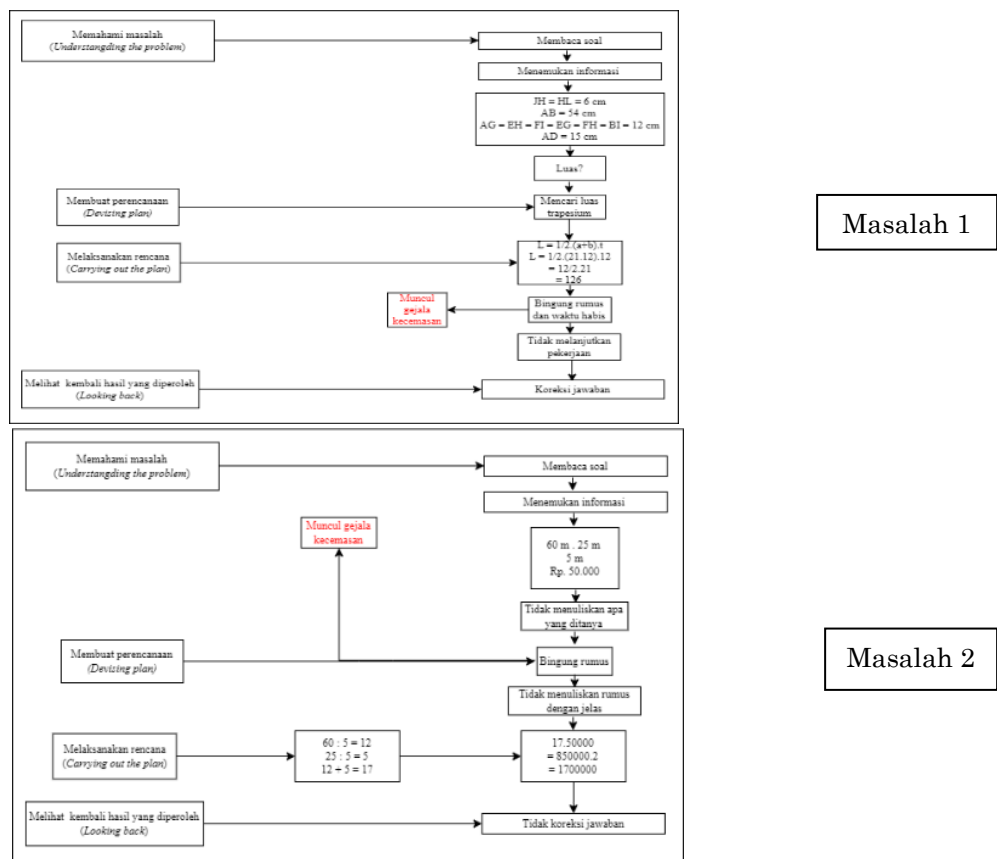


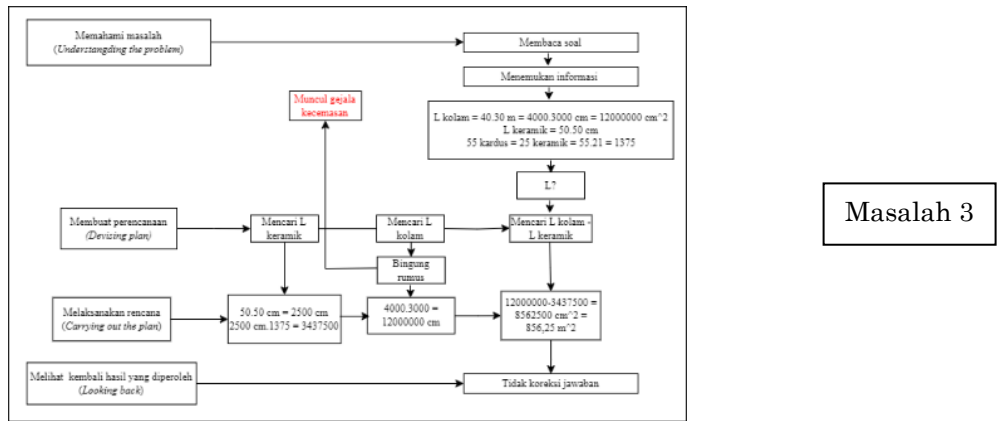
Gambar 1. Hasil Pemecahan Masalah S1

Jika dilihat pada gambar 1, subjek S1 mengalami kecemasan pada tahap memahami soal dalam mengerjakan soal nomor 1 karena merasa bingung ketika berhadapan dengan soal yang memiliki banyak gabungan bangun datar. Selain itu, subjek S1 mengalami kecemasan dalam mengerjakan soal nomor 3 pada tahap membuat perencanaan karena ia merasa tidak yakin dengan rumus yang ia gunakan. Gejala kecemasan yang dialami subjek S1 terdiri dari jantung berdebar lebih keras, tekanan pada dada, merasa ingin pingsan, gelisah, tegang, malu jika memperoleh nilai buruk, gugup, tidak yakin, mudah terganggu, khawatir, bingung, hambatan berfikir, perhatian terganggu, lupa materi, takut, dan konsentrasi buruk. Berikut merupakan cuplikan wawancara bersama subjek S1.

- P101 : Saat mau mulai mengerjakan itu kamu merasa kebingungan nggak
- S101 : Iya. Kayak ini nanti rumusnya apa gitu. Pertama bingung nomor 1 karena banyak gabungannya
- P102 : Saat mengumpulkan hasil tes, kamu merasa yakin nggak sama jawabanmu?
- S102 : Yang nomor 2 itu yakin, yang lainnya agak nggak yakin. Karena rumusnya itu gatau betul apa salah. Habis itu jawabannya aku salah ngitung apa nggak

Untuk melihat kecemasan subjek S2 dalam menyelesaikan masalah bangun datar melalui tahapan Polya disajikan pada gambar 2.



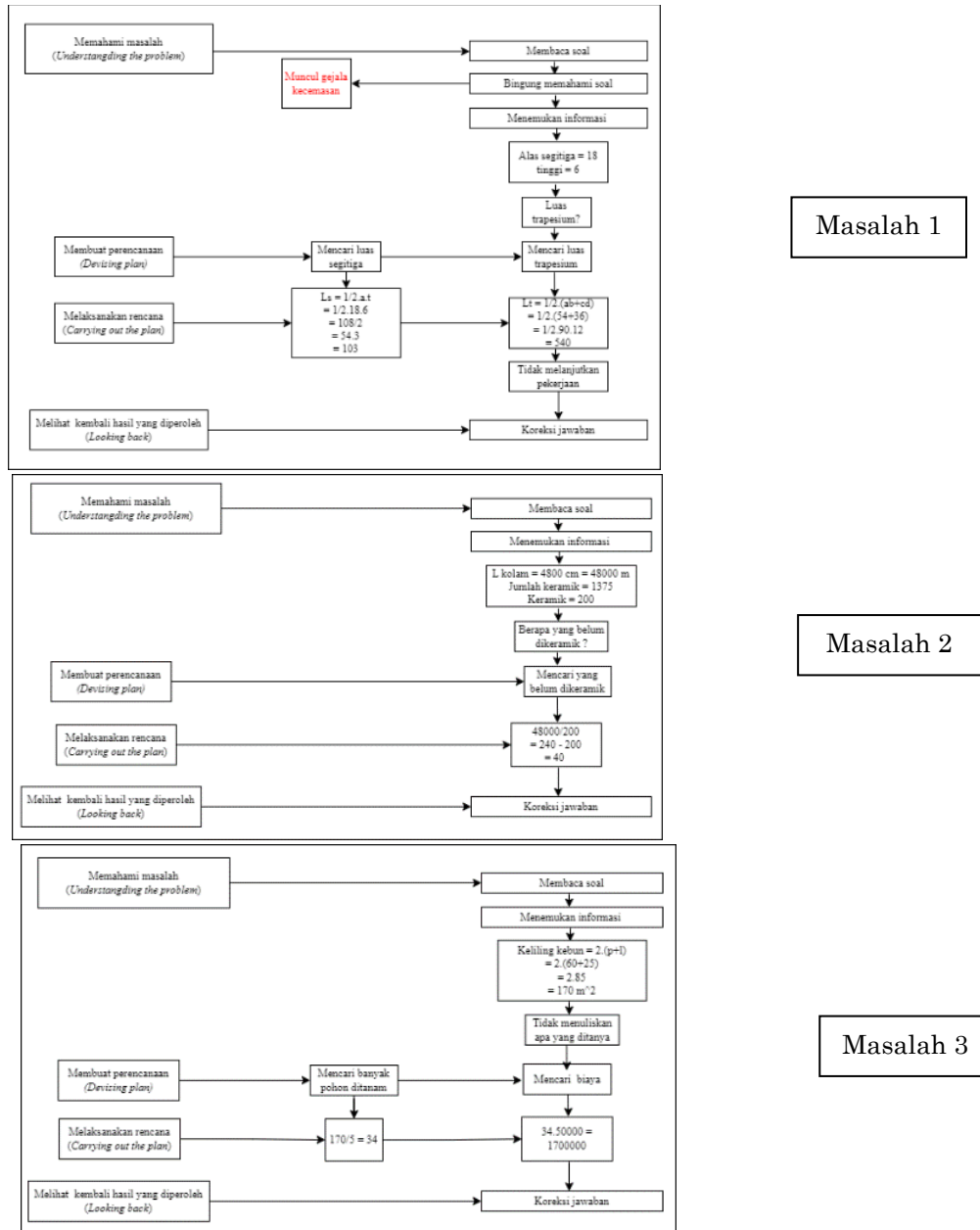


Gambar 2. Hasil Pemecahan Masalah S2

Jika dilihat pada gambar 2, subjek S2 mengalami kecemasan karena merasa kebingungan saat menentukan rumus namun pada pada tahap yang berbeda dalam setiap soal. Pada soal nomor 1, subjek S2 mengalami kecemasan pada tahap melaksanakan rencana, sedangkan pada soal nomor 2 mengalami kecemasan pada tahap membuat perencanaan, serta pada soal nomor 3 mengalami kecemasan pada tahap membuat perencanaan. Gejala kecemasan yang dialami subjek S2 terdiri dari jantung berdebar lebih keras, tekanan pada dada, merasa ingin pingsan, berkeringat, wajah memerah, gelisah, tegang, malu jika memperoleh nilai buruk, gugup, tidak yakin, mudah terganggu, khawatir, tidak sabar, bingung, takut, perhatian terganggu, lupa materi, dan konsentrasi buruk. Berikut merupakan cuplikan wawancara bersama subjek S2.

- P201 : Menurut kamu tingkat kesulitan dari tes kemarin bagaimana?
- S201 : Iya sulit. Yang nomor 2 saat menentukan luas kolam ini kan 4000 x 3000 itu saya nggak tau kalo dikali. Pertamanya saya bagi dulu. Yang nomor 1 sedang. Yang nomor 3 agak kesusahan juga karena gatau rumusnya
- P202 : Sebelum mengumpulkan jawaban mu ini kamu koreksi dulu nggak?
- S202 : Nggak, soalnya udah yakin aja sama jawabannya
- P203 : Menurut kamu, saat mengerjakan tes kemarin itu kamu mengalami kecemasan atau ndak?
- S203 : Iya ya itu waktu lupa, kan terakhir waktunya sudah mepet tapi masih belum selesai, rumusnya buingung itu

Untuk melihat kecemasan subjek S3 dalam menyelesaikan masalah bangun datar melalui tahapan Polya disajikan pada gambar 3.



Gambar 3. Hasil Pemecahan Masalah S3

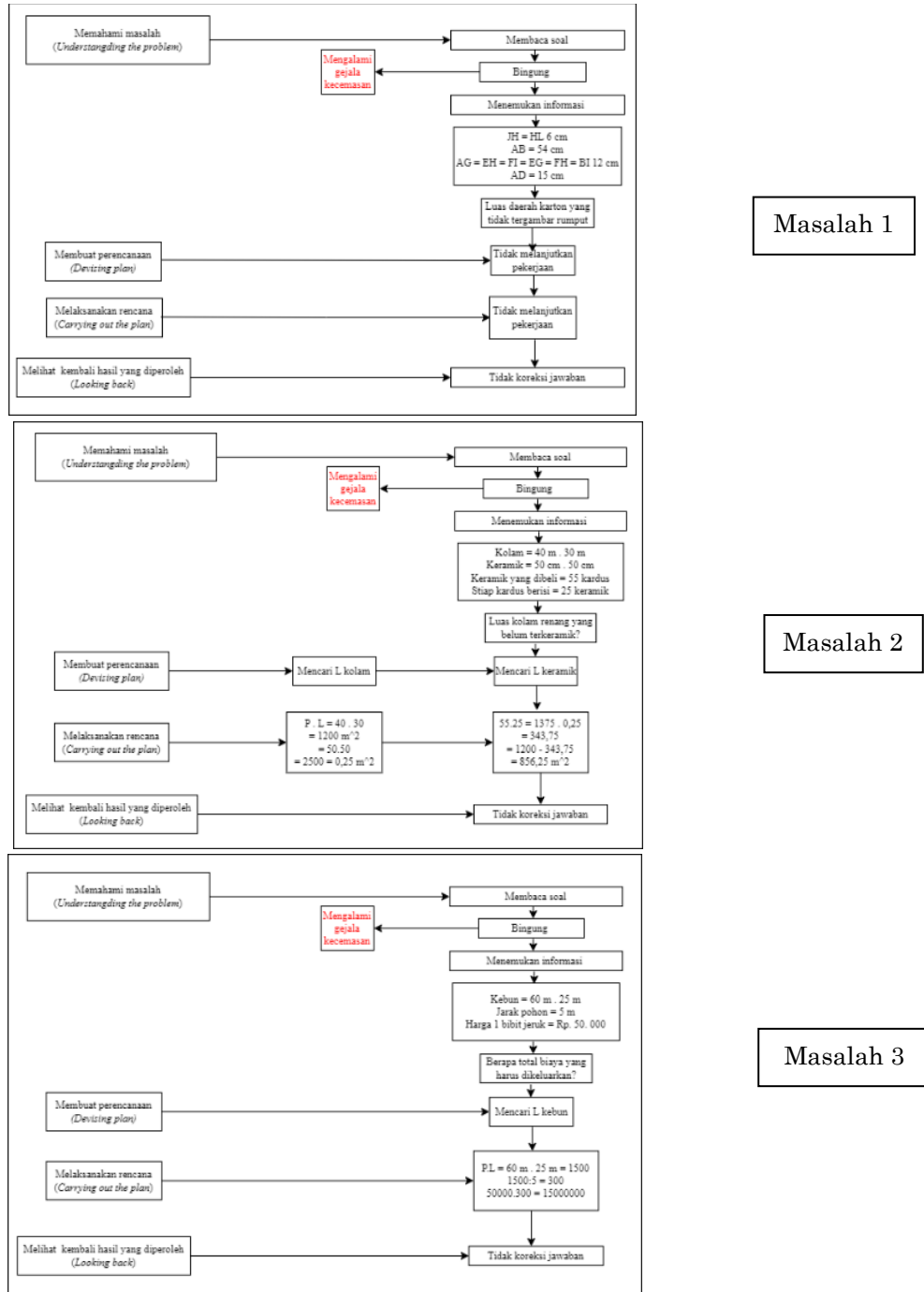
Jika dilihat pada gambar 3, subjek S3 mengalami kecemasan pada tahap memahami masalah dalam mengerjakan soal nomor 1 karena ia merasa tegang dan bingung saat memahami soal. Gejala kecemasan yang dialami subjek S3 terdiri dari jantung berdebar, tekanan pada dada, berkeringat, wajah memerah, mual, sensasi tercekik, merasa ingin pingsan, gelisah, tegang, malu jika memperoleh nilai buruk, gugup, tidak yakin, mudah terganggu, khawatir, tidak sabar, bingung, hambatan berfikir, takut, perhatian terganggu, dan lupa materi. Berikut merupakan cuplikan wawancara bersama subjek S3.

- P301 : Apakah kamu merasa tegang saat mengerjakan soal tes bangun datar kemarin?  
 S301 : Iya. Karena itu tadi apa kayak nggak paham gitu sama soalnya. Soal yang nomor 1 pas mencari panjang AD pas itu sampe berapa luas

P302 : Saat mengumpulkan hasil tes, kamu yakin nggak sama hasil jawabanmu?

S302 : Nggak sih. Karena belum paham sama soalnya

Untuk melihat kecemasan subjek S4 dalam menyelesaikan masalah bangun datar melalui tahapan Polya disajikan pada gambar 4.



Gambar 4. Hasil Pemecahan Masalah S4

Jika dilihat pada gambar 4, subjek S4 mengalami kecemasan pada tahap memahami masalah dalam mengerjakan soal nomor 1, 2, dan 3 karena merasa bingung. Gejala kecemasan yang dialami subjek S4 terdiri dari jantung berdebar, tekanan pada dada, mual, berkeringat, wajah memerah, sensasi tercekik, gelisah, tegang, malu, gugup, tidak yakin, mudah terganggu, khawatir, bingung, hambatan berpikir, takut, perhatian terganggu, lupa materi, dan konsentrasi buruk. Berikut merupakan cuplikan wawancara bersama subjek S4.

- P413 : *Kira-kira saat mengerjakan tes kemarin kamu kesulitan dibagian mana? Saat mencari apa?*  
 S413 : *Nomor 1 saat mencari luas daerah karton*  
 P414 : *Kalo nomor 2 sama 3 gimana? Ada nggak yang dibingungin?*  
 S414 : *Kayaknya bingung semua deh hehe*  
 P415 : *Sebelum mengumpulkan jawaban, apakah kamu koreksi dulu jawabanmu?*  
 S415 : *Nggak. Karena sudah mepet waktunya*

Subjek S1 dan S2 pada penelitian ini merupakan siswa yang berada pada kategori kecemasan tingkat tinggi. Jika dilihat dari hasil angket, subjek S1 dan S2 mengalami kecemasan pada gejala fisiologis yang hampir sama yaitu jantung berdebar lebih keras, tekanan pada dada, dan merasa ingin pingsan, sedangkan subjek S2 mengalami jantung berdebar lebih keras, tekanan pada dada, merasa ingin pingsan, berkeringat dan wajah memerah. Pada gejala perilaku afektif, subjek S1 mengalami gelisah, tegang, malu jika memperoleh nilai buruk, gugup, tidak yakin, mudah terganggu, dan khawatir. Subjek S2 mengalami gelisah, tegang, malu jika memperoleh nilai buruk, gugup, tidak yakin, mudah terganggu, khawatir, dan tidak sabar. Kemudian subjek S1 dan S2 mengalami kecemasan pada gejala perilaku kognitif seperti bingung, hambatan berfikir, perhatian terganggu, lupa materi, takut, dan konsentrasi buruk, sedangkan subjek S2 mengalami bingung, takut, perhatian terganggu, lupa materi, dan konsentrasi buruk. Hasil penelitian ini memiliki kesamaan dengan hasil penelitian Nindya (2021) bahwa siswa yang dalam kategori tingkat kecemasan tinggi mengalami jantung berdebar, tekanan pada dada, tidak bisa diam, berkeringat, wajah memerah, konsentrasi buruk, takut ketika tidak menemukan langkah penyelesaian, lupa materi, hambatan berfikir, bingung, mudah terganggu, tidak sabar, gelisah, tegang, gugup, khawatir, tidak yakin, dan malu. Berdasarkan hasil penelitian, subjek S1 mengalami kecemasan saat mengerjakan soal nomor 1 karena merasa bingung. Pada jawaban nomor 1, langkah awal yang digunakan sudah tepat yaitu mencari panjang AK menggunakan rumus *pythagoras*. Namun subjek salah dalam menuliskan rumus, sehingga hasil dalam mencari panjang AK masih salah. Jika dilihat pada hasil jawaban, subjek S1 hanya menjawab benar pada soal nomor 2. Kemudian pada jawaban nomor 3, subjek salah dalam menentukan rumus yang dipakai, sehingga jawaban subjek pada nomor 3 tidak tepat. Hasil dari wawancara subjek S1 mengatakan bahwa dia hanya mengalami kecemasan pada mata pelajaran matematika saja. Subjek S2 merasa kesulitan saat mengerjakan soal nomor 2. Setelah menelusuri hasil jawaban, ternyata subjek S2 mengerjakan soal nomor 2 dengan benar. Langkah awal yang subjek tentukan adalah mencari luas kolam, kemudian subjek mencari jumlah seluruh keramik dengan mengalikan seluruh kardus dan keramik yang ada disetiap kardus. Lalu subjek menghitung luas keramik dilanjutkan dengan mengalikan jumlah seluruh keramik yang telah didapat. Langkah akhir subjek mengurangi luas kolam dengan luas keramik hingga memperoleh hasil akhir dengan tepat. Kemudian pada jawaban soal nomor 3 subjek belum mampu menjawab dengan benar, karena subjek salah dalam memilih rumus yang digunakan. Sama halnya dengan jawaban nomor 3, untuk jawab nomor 1 subjek hanya mencari luas trapesium dan salah dalam menentukan  $b$  atau panjang  $DC$ . Dengan demikian, subjek yang mengalami kecemasan tingkat tinggi hanya mampu menjawab benar 1 dari 3 soal yaitu pada soal nomor 2. Kecemasan yang dialami pada kedua subjek cukup membawa dampak negatif, karena keadaan kognitif mereka yang terganggu sehingga kedua subjek cenderung salah dalam penggunaan rumus dan tidak dapat mengerjakan soal dengan maksimal.



Subjek S3 dan S4 pada penelitian ini merupakan siswa yang berada pada kategori kecemasan tingkat panik. Jika dilihat dari hasil angket, subjek S3 dan S4 mengalami kecemasan pada gejala fisiologis seperti jantung berdebar, tekanan pada dada, berkeringat, sensasi tercekik, dan merasa ingin pingsan. Sedangkan subjek S4 mengalami jantung berdebar, tekanan pada dada, berkeringat, wajah memerah, dan sensasi tercekik. Pada gejala perilaku kognitif, subjek S3 mengalami kecemasan seperti bingung, hambatan berfikir, takut, perhatian terganggu, dan lupa materi. Sedangkan subjek S4 mengalami gejala perilaku afektif seperti bingung, hambatan berfikir, takut, perhatian terganggu, lupa materi, dan konsentrasi buruk. Subjek S3 dan S4 mengalami kecemasan pada gejala perilaku afektif seperti gelisah, tegang, malu jika memperoleh nilai buruk, gugup, tidak yakin, mudah terganggu, khawatir, dan tidak sabar. Sedangkan subjek S4 mengalami gelisah, tegang, malu, gugup, tidak yakin, mudah terganggu, dan khawatir. Subjek yang mengalami kecemasan tingkat panik cenderung tidak bisa mengendalikan dirinya ketika merasa cemas karena hanya terfokus pada gejala cemas yang dialami seperti bingung saat mengerjakan soal, belum ada kesiapan, dan rasa takut yang tinggi sehingga membuat subjek sulit berkonsentrasi ketika mengerjakan soal dan berdampak pada hasil jawaban subjek. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Stuart (2006) bahwa panik ditandai dengan rasa ketakutan dan teror yang luar biasa karena mengalami kehilangan kendali terhadap dirinya dan tidak mampu melakukan sesuatu meskipun diberi pengarahan. Subjek S3 merasa cemas ketika mengerjakan soal nomor 1. Jika dilihat pada hasil jawaban nomor 1, subjek tidak menulis lengkap rumus luas trapesium sehingga luas trapesium tidak ditemukan dengan tepat. Kemudian subjek dapat menentukan luas segitiga, namun subjek salah dalam menghitung luas ketiga segitiga. Subjek juga tidak melakukan langkah akhir yaitu mencari selisih luas trapesium dan luas ketiga segitiga, sehingga hasil jawaban subjek pada nomor 1 masih salah. Pada jawaban soal nomor 2, subjek S3 melakukan beberapa kesalahan diantaranya tidak menulis lengkap apa yang diketahui pada soal, salah dalam menentukan luas dasar kolam, dan tidak menghitung luas keramik, sehingga hasil akhir jawaban pada soal nomor 2 masih salah. Setelah dilakukan analisis pada hasil jawaban tes, subjek S3 hanya menjawab benar 1 dari 3 soal yaitu nomor 3. Kurangnya kemampuan memahami soal dan cenderung ceroboh membuat subjek tidak dapat menyelesaikan masalah matematika dengan maksimal. Sama halnya dengan subjek S3, subjek S4 juga merasa cemas ketika mengerjakan soal nomor 1. Setelah ditelusuri, subjek hanya menulis diketahui dan ditanya tanpa melanjutkan pekerjaannya dalam mencari luas daerah karton yang tidak tergambar tumbuhan rumput. Pada jawaban nomor 3, rumus yang digunakan subjek tidak tepat sehingga hasil pekerjaan pada soal nomor 3 masih salah. Subjek S4 hanya menjawab benar 1 dari 3 soal yaitu pada soal nomor 2 dan hanya merasa mengalami kecemasan pada mata pelajaran matematika. Kemampuan subjek S4 dalam memahami soal sudah baik namun subjek cenderung mudah menyerah karena masih terdapat satu soal yang tidak dikerjakan.

Ramadan (2019) mengatakan kecemasan adalah rasa takut atau tegang dalam menghadapi masalah sehingga terjadi munculnya rasa tidak percaya diri. Terdapat beberapa faktor kecemasan yang dikemukakan oleh Trujillo & Hadfield (1999) diantaranya yaitu faktor kepribadian, faktor lingkungan atau sosial, dan faktor intelektual. Subjek yang berada pada kategori kecemasan tingkat tinggi pada penelitian cenderung takut dengan hasil dan khawatir yang berlebihan serta kurang percaya diri dalam menyelesaikan permasalahan bangun datar. Munculnya perasaan tersebut karena dipengaruhi beberapa faktor baik dari dalam diri subjek seperti kepercayaan diri yang rendah serta faktor lingkungan seperti adanya tuntutan dari orang tua untuk menguasai dan unggul dalam mata pelajaran matematika.

Subjek yang mengalami kecemasan tingkat panik cenderung tidak bisa mengendalikan dirinya ketika merasa cemas karena hanya terfokus pada gejala cemas yang dialami seperti bingung saat mengerjakan soal, belum ada kesiapan, mudah menyerah, dan rasa takut yang tinggi sehingga membuat subjek sulit berkonsentrasi ketika mengerjakan soal dan berdampak pada hasil jawaban subjek. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Stuart (2006) bahwa panik ditandai dengan rasa ketakutan dan teror yang luar biasa karena mengalami kehilangan kendali terhadap dirinya dan tidak mampu melakukan sesuatu meskipun diberi

pengarahan. Hasil penelitian yang dilakukan Ikhsan (2019) mengatakan jika kecemasan tinggi maka hasil belajar siswa rendah begitu sebaliknya. Hasil penelitian ini serupa dengan hasil penelitian sebelumnya, siswa yang memiliki tingkat kecemasan tinggi dan panik hanya mampu menjawab benar 1 dari 3 soal yang diberikan.

## KESIMPULAN

Subjek dengan tingkat kecemasan tinggi mengalami gejala kecemasan seperti jantung berdebar lebih keras, tekanan pada dada, merasa ingin pingsan, berkeringat, wajah memerah, gelisah, tegang, malu, gugup, tidak yakin, mudah terganggu, khawatir, tidak sabar, bingung, hambatan berfikir, perhatian terganggu, lupa materi, takut, dan konsentrasi buruk. Dari keempat tahapan Polya yaitu pada tahap melaksanakan rencana, subjek dengan kecemasan tinggi belum dapat melaksanakannya dengan baik karena prosedur penyelesaian subjek tidak jelas. Subjek dalam kategori tingkat kecemasan tinggi mengalami kecemasan saat menentukan rumus dan melihat teman yang mengumpulkan hasil lebih cepat.

Subjek dengan tingkat kecemasan panik mengalami gejala kecemasan seperti jantung berdebar, tekanan pada dada, mual, berkeringat, wajah memerah, sensasi tercekik, merasa ingin pingsan, gelisah, tegang, malu jika memperoleh nilai buruk, gugup, tidak yakin, mudah terganggu, khawatir, tidak sabar, bingung, hambatan berfikir, takut, perhatian terganggu, lupa materi, dan konsentrasi buruk. Dari keempat tahapan Polya, kemampuan memahami masalah subjek masih kurang baik karena subjek salah dalam menuliskan apa yang diketahui pada soal serta tidak melakukan tahapan akhir yaitu melihat kembali hasil yang diperoleh. Subjek dengan tingkat kecemasan panik mengalami kecemasan saat guru membagikan soal tes bangun datar.

Saran berdasarkan dari hasil penelitian ini adalah (1) bagi siswa, diharapkan dapat mengendalikan diri agar kecemasan tidak memberi dampak negatif sehingga dapat mengikuti kegiatan pembelajaran dengan baik; (2) bagi guru, diharapkan dapat memperhatikan kondisi kecemasan siswa serta memberi arahan yang baik ketika siswa mengalami kecemasan hal apa yang perlu dilakukan siswa untuk mengatasi kecemasan tersebut sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan maksimal.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada keluarga besar SMPN 1 Siliragung Banyuwangi yang telah membantu terlaksananya penelitian ini, serta semua responden yang telah bersedia berpartisipasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Hidayat, W., & Ayudia, D. B. (2019). Kecemasan Matematik dan Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis Siswa SMA. *Kalamatika: Jurnal Pendidikan Matematika*, 4(2), 205–214.
- Ikhsan, M. (2019). Pengaruh Kecemasan Matematis Terhadap Hasil Belajar Matematika. *De Fermat: Jurnal Pendidikan Matematika*, 2(1), 1-6.
- Karasel, N., Ayda, O., & Tezer, M. (2010). The Relationship Between Mathematics Anxiety and Mathematical Problem Solving Skills Among Primary School Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 5804–5807.
- Nindya, Y. S. (2021). Kecemasan Geometri Siswa dalam Menyelesaikan Masalah Geometri Pada Masa Pandemi Covid-19. *Skripsi*. Jember: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jember.
- Nur'aini, I. L., Harahap, E., Badruzzaman, F. H., & Darmawan, D. (2017). Pembelajaran Matematika Geometri Secara Realistis Dengan GeoGebra. *Matematika*, 16(2).
- Ramdhan, M. (2021). *Metode Penelitian*. Cipta Media Nusantara

- Sholihah, S. Z., & Afriansyah, E. A. (2017). Analisis Kesulitan Siswa dalam Proses Pemecahan Masalah Geometri Berdasarkan Tahapan Berpikir Van Hiele. *Mosharafa: Jurnal Pendidikan Matematika*, 6(2), 287-298.
- Stuart, G. W. (2006). *Buku Saku Keprawatan Jiwa*. EGC.
- Trujillo, K. M., & Hadfield, O. D. (1999). Tracing the roots of mathematics anxiety through in-depth interviews with preservice elementary teachers. *College Student Journal*, 33(2), 219-232.
- Yanti, D., & Yunita, H. (2020). Kecemasan Matematika dan Self Efficacy dalam Melakukan Pembuktian Matematika. *Journal of Mathematics Science and Education*, 2(2), 68–79